

INCIDÊNCIA DE LESÕES EM ATLETAS DE BASQUETEBOL DAS CATEGORIAS
SUB-23 DE UMA EQUIPE PROFISSIONAL

Gustavo da Silva e Souza Oliveira Moura¹; Leonardo Lopes do Nascimento²

¹ Discente do Curso de Fisioterapia da Pontifícia Universidade Católica de Goiás,
Goiânia, Goiás, Brasil

² Doutor em Ciências da Saúde, Docente do Curso de Fisioterapia da Pontifícia
Universidade Católica de Goiás, Goiânia, Goiás, Brasil

Título Resumido: Incidência de lesões em atletas de basquetebol das categorias sub-23 de uma equipe profissional.

Autor principal: Gustavo da Silva e Souza Oliveira Moura

Endereço: rua dos ferroviários número 302, setor norte ferroviário, lote 8A, quadra N
Goiânia- Goiás. CEP:74063030

E-mail: Guustavonmoura@hotmail.com

INCIDÊNCIA DE LESÕES EM ATLETAS DE BASQUETE DAS CATEGORIAS SUB-23 DE UMA EQUIPE PROFISSIONAL

RESUMO

Introdução: O basquetebol apesar de ser um esporte novo no contexto histórico, com pouco mais de 130 anos de criação, é um dos mais populares do mundo, praticado atualmente por mais de 300 milhões de pessoas, nos mais de 170 países filiados à Federação Internacional de Basquetebol (FIBA). **Objetivo:** Investigar a incidência de lesões em atletas de basquete da categoria sub-23 de uma equipe profissional. **Metodologia:** Estudo descritivo transversal, com atletas de basquetebol, do sexo masculino, com idade entre 18 a 23 anos que disputaram no mínimo 10 partidas oficiais nos últimos 12 meses da equipe selecionada. Os participantes responderam dois questionários, um contendo informações sociodemográficas, e lesões no basquetebol e o questionário Nórdico de sintomas musculoesqueléticos. **Resultados:** A amostra foi composta por 20 atletas de basquetebol com idade média de $19 \pm 1,47$ anos, todos do sexo masculino. A prevalência de lesões nesses atletas foi de 95%, sendo a principal lesão a torção de tornozelo (26,7%), seguida por luxação dos dedos da mão (21%) e lombalgia (21%). **Conclusão:** Foi observado no presente estudo um alto índice de lesão dos atletas da categoria sub-23 de uma equipe profissional de basquetebol, sendo as lesões mais frequentes, a torção de tornozelo, seguidas por luxação dos dedos da mão e lombalgia.

Palavras-chave: Basquetebol, Atletas, Lesão

ABSTRACT

Introduction: Basketball despite being a new sport in the historical context, with just over 130 years of creation, is one of the most popular in the world, currently represented by more than 300 million people, in more than 170 countries affiliated to the International Federation of Basketball (FIBA). **Objective:** To investigate the incidence of injuries in under-23 basketball players from a professional team. **Methodology:** Descriptive cross-sectional study, with male basketball players, aged between 18 and 23 years old, who played at least 10 official matches in the last 12 months for the selected team. Participants answered two sessions, one containing sociodemographic information, and basketball injuries and Nordic training of musculoskeletal symptoms. **Results:** The sample consisted of 20 basketball players with a mean age of 19 ± 1.47 years, all male. The prevalence of injuries in these athletes was 95%, the main injury being ankle sprain (26.7%), followed by finger dislocation (21%) and low back pain (21%). **Conclusion:** In the present study, a high rate of injury was observed in under-23 athletes from a professional basketball team, with the most frequent injuries being knee sprain, followed by dislocation of the fingers and low back pain.

Keywords: Basketball, Athletes, Injury

INTRODUÇÃO

O basquetebol tem sua criação datada de 1891 pelo professor de educação Física canadense James Naismith (1861-1940). Na época, ele trabalhava na Associação Cristã de Moços de Springfield, Massachusetts, nos Estados Unidos. A ideia inicial da formação do novo esporte prendeu-se ao fato de que no inverno somente se podia praticar esportes de salões. Naismith fez várias tentativas de idealizar um novo jogo que poderia substituir o futebol, o beisebol e o rúgbi. A ideia original era criar um esporte menos violento que o futebol americano e integrar os alunos nas aulas de educação física e estimular a coletividade dos grupos. (HIRATA, STAREPAVO, 2016).

Apesar de ser um esporte novo no contexto histórico, com pouco mais de 130 anos de criação, é um dos esportes mais populares do mundo, praticado atualmente por mais de 300 milhões de pessoas, nos mais de 170 países filiados à Federação Internacional de Basquetebol (FIBA).

É um esporte coletivo no qual apesar de ser definido como um esporte de pouco contato, ocorre um contato constante entre os atletas, inclusive entre companheiros da mesma equipe. Além disso, as características antropométricas do jogador de basquete são muito peculiares, com predomínio de grandes estaturas e pesos elevados. Por estas razões o basquete é um esporte no qual ocorre uma grande variedade de lesões, tanto agudas como as provocadas pela repetição dos gestos motores, ou seja, lesões por sobrecarga. (DA SILVA, ABDALLA, FISBERG 2007).

É uma modalidade esportiva que envolve esforços intensos e breves, exigindo grande movimentação e coordenação. Esse esporte apresenta alta incidência de lesões, causadas por frequentes saltos, aterrissagens, mudanças de direção, pivoteios e contato físico, característicos de sua prática. Aliado a esses fatores há ainda uma solicitação por aprimoramento físico, técnico e tático, resultante do treinamento desportivo de alto desempenho. Fator que se associa com desequilíbrios físicos e biomecânicos variados, como retrações musculares e desalinhamentos posturais, que predispõem à lesões desportivas (ALMEIDA NETO, TONIN, NAVEGA, 2013).

A ocorrência das lesões esportivas pode variar de acordo com a decorrência de uma série de fatores, tais como o tipo de esporte praticado, o tempo da prática esportiva, a quantidade de jogos e os níveis da competição do atleta. O ajuste de diferentes fatores, como a organização esportiva, a qualidade do treinamento técnico, o sistema de competições e a falta de estrutura médica adequada, pode favorecer risco. Cada esporte tem a sua particularidade de espaço, tempo e exigências físicas, que acarretam em lesões. E seguindo esse sentido, a prática de basquete por atletas jovens aumenta o risco de lesões dos mesmos (MARTINS, REGINA, FERNANDES, 2017).

Sabemos que o basquetebol apresenta uma grande movimentação e coordenação motora, e que apresenta também os movimentos básicos dos esportes, tais como aceleração, desaceleração, mudança de direção, pivoteios e tem como características principais, os esforços breves e intensos, realizados em diversos ritmos, com saltos, corridas e movimentos coordenados, que o tornam um esporte potencialmente lesivo. (ROSE, TADIELLO e ROSE JUNIOR, 2006). Esses movimentos estão associados a princípios físicos, como força de reação do solo, força da gravidade, aceleração, momento, força de parada, deslocamento do centro de massa, atrito e princípios de alavanca. É um jogo com constantes mudanças de direção e contato físico, e permite entender o aparecimento de determinadas patologias. O atleta fica exposto às lesões traumáticas e por sobrecarga (COHER; ABDALLA, 2003).

Devido ao fato de apresentar saltos repetitivos durante jogos e treinos, pela própria exigência do esporte, acarreta em muitos atletas, sobrecargas corporais diversas, sendo a região lombar e as articulações do membro inferior as mais acometidas. Com todos esses fatores que ocorrem no basquetebol, o fazem um dos esportes mais lesivos entre todos. Dessa forma, a realização de trabalhos epidemiológicos tornou-se imprescindível para caracterizar as lesões neste esporte e nas diferentes variáveis que o cercam (idade, sexo, nível de competição, categoria). Deve-se ter um bom material de estudo para avaliar o grau de sobrecarga nos treinamentos e o excesso de jogos em um campeonato em função do número e tipo de lesões observadas, e posteriormente, programas de prevenção poderão ser elaborados a partir dos dados obtidos. (DA SILVA, ABDALLA, FISBERG 2007).

As lesões são impactantes para à prática esportiva, pois, são consideradas como o principal fator de afastamento de atletas de sua modalidade esportiva. Esse afastamento é prejudicial, pois influencia diretamente no seu desempenho físico e técnico, além dos possíveis prejuízos psicológicos, já que a recuperação pode ser demorada, exigindo dele muita paciência e cautela para voltar à atividade, conseqüentemente a equipe também é prejudicada. As lesões, muitas vezes, acabam acontecendo em momentos importantes de suas carreiras, afastando-os de competições, tirando-os de seleções e, em alguns casos, provocando o abandono precoce da carreira (ROSE, TADIELLO e ROSE JUNIOR, 2006).

Devido a esse início precoce no basquete de alto desempenho torna-se necessário identificar as principais lesões que acometem os atletas jovens nas categorias de base. Com isso, será possível beneficiar estes atletas, já que os profissionais que atuam no departamento médico poderão usar a pesquisa para criar programas de prevenção das principais lesões que acometem os atletas jovens. Programas estes, que se bem sucedidos terão o intuito de reduzir o número de lesões e ocasionar um melhor rendimento dos atletas, assim diminuindo os custos da equipe com o departamento médico e despesas relacionadas.

Observando todos os riscos inerentes da prática de uma atividade esportiva, especialmente no basquete, esse trabalho tem como objetivo investigar as principais lesões que acometem os atletas da categoria Sub-23 de uma equipe profissional de basquetebol.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo transversal e descritivo, realizado com atletas de basquetebol, da AEGB (Associação Esportiva Goiana de Basquete), submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa da PUC Goiás (CEP PUC Goiás). Os atletas assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) após concordarem com a participação na pesquisa.

A amostra foi constituída por 20 atletas do sexo masculino, com idade entre 18 a 23 anos que disputaram no mínimo 10 partidas oficiais nos últimos 12 meses. Foram excluídos os atletas que não compareceram ao treino no dia marcado, e que estavam lesionados no momento da coleta de dados.

Inicialmente foi realizado, um contato prévio com a instituição, tanto com o técnico da equipe quanto o presidente da instituição AEGB. As avaliações foram realizadas por uma equipe de 3 graduandos do curso de fisioterapia da PUC-GO, antes de iniciar a coleta de dados, cada passo do estudo foi explicado para os atletas e dirigentes ali presentes. Após os esclarecimentos os atletas assinaram o TCLE e receberam os questionários para responderem.

Para a coleta dos dados foram utilizados dois instrumentos, um questionário sociodemográfico e o questionário Nórdico de sintomas musculoesqueléticos.

O questionário sociodemográfico foi elaborado pelos próprios pesquisadores, com perguntas sobre os fatores extrínsecos de maior relevância para a ocorrência de lesões, número de lesões, etnia, escolaridade, tempo de prática no basquetebol em anos, número de horas de treino por dia, quantidade de treinos na semana, e se o atleta apresentou atestado médico antes do início do treinamento.

O questionário Nórdico de sintomas musculoesqueléticos, desenvolvido por Alves e colaboradores (2020) que tem como finalidade servir como instrumento de vigilância dos Distúrbios Musculoesqueléticos em um contexto de ergonomia e para triagem na saúde ocupacional. O questionário Nórdico, avalia os sintomas musculoesqueléticos, abrangendo questões referentes as queixas osteomusculares onde busca padronizar pesquisas sobre investigações musculoesqueléticas. A escolha desse questionário deve-se ao fato que é considerado instrumento simples, com questões diretas e de fácil compreensão (PINHEIRO2002).

A caracterização do perfil demográfico, sintomas osteomusculares e tipo de lesão foi realizada por meio de frequências absoluta (n), relativa (%), média, desvio padrão, mínimo e máximo. A normalidade dos dados foi verificada por meio do teste de Shapiro-Wilk. A correlação entre o número de sintomas osteomusculares e número de lesões com a idade e perfil da amostra foi feita aplicando a análise de Correlação

de Spearman. Os dados foram analisados com o auxílio do Statistical Package for Social Science, (IBM Corporation, Armonk, USA) versão 26,0. O nível de significância adotado foi de 5% ($p < 0,05$).

RESULTADOS

A amostra foi composta por 20 atletas de basquetebol com idade média de $19 \pm 1,47$ anos, eutróficos (65%), não tabagistas (80%), etilistas (65%). Os atletas apresentaram lesões em decorrência do esporte (95%), principalmente durante o treino (65%) (Tabela 1).

Tabela 1. Caracterização do perfil da amostra (n = 20).

	n	%
IMC		
< 25	13	65.0
≥ 25	7	35.0
Lesão relacionada ao basquete (12 meses)		
Não	1	5.0
Sim	19	95.0
Fisioterapia devido a lesão		
Não	9	45.0
Sim	11	55.0
Tempo de afastamento (meses)		
0	10	50.0
1	5	25.0
2	3	15.0
3 ou mais	2	10.0
Tabagista		
Não	16	80.0
Sim	4	20.0
Etilista		
Não	7	35.0
Sim	13	65.0
Medicação continua		
Não	17	85.0

Sim	3	15.0
Posição no basquete		
Armador	4	20.0
Ala-armador	6	30.0
Ala-pivô	3	15.0
Ala	4	20.0
Pivô	3	15.0
Atestado medico		
Não	15	75.0
Sim	5	25.0
Momento da lesão		
Jogo	5	25.0
Outro	2	10.0
Treino	13	65.0

n, frequência absoluta; %, frequência relativa

As lesões mais frequentes nos atletas de basquetebol Sub-23 foram a torção de tornozelo (26,7%), seguidas por luxação dos dedos da mão (21%) e lombalgia (21%) (Figura 1).

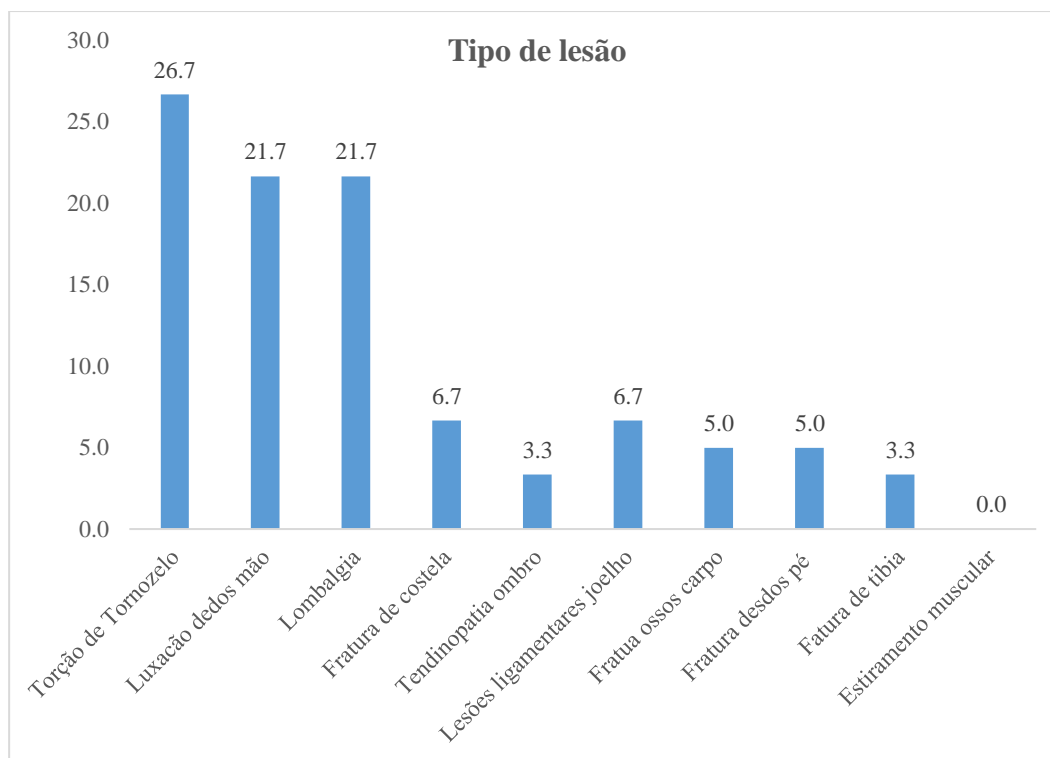


Figura 1: Gráfico de barras demonstrando a distribuição dos tipos de lesões.

DISCUSSÃO

O basquete apresenta todos os movimentos básicos de um esporte de alto risco, como saltos, aterrissagens, corrida, aceleração, desaceleração, mudanças de direção e pivoteios, além do contato físico entre os jogadores, tanto na defesa quanto no ataque. Isso pode justificar a alta prevalência de lesões em atletas de basquete.

O presente estudo mostrou que dos 20 atletas que responderam o questionário, 19 (95%) declararam algum tipo de lesão relacionada ao basquete, um número significativamente alto, corroborando com o estudo de Moraes e colaboradores (2012), que avaliaram 27 atletas de basquetebol das equipes da categoria de base do Esporte Clube Cidade de Poá e Clube Atlético Indiano, onde 24 (90%) sofreram algum tipo de lesão durante o período do estudo. Um dos motivos que podem explicar essa alta prevalência de lesões é a elevada exigência física que é proveniente dos movimentos de alta intensidade, que promovem uma oscilação no metabolismo aeróbio e anaeróbio, tornando o basquete um esporte com grande incidência de lesão.

Segundo Martins e colaboradores (2017) na busca de ser melhor e trazer os melhores resultados para a sua equipe, o atleta acaba treinando com intensidades muito altas, e caso esses treinos sejam feitos de forma aleatória e sem supervisão de um profissional capacitado, as chances de ocorrer uma lesão durante os treinos ou os jogos são relativamente altas.

No presente estudo, cerca de 65% dos atletas se lesionaram durante os treinamentos. Isso pode ser explicado pelo fato dos atletas passarem mais tempo treinando que competindo, esse dado corrobora com o estudo realizado por Borin e colaboradores (2008) com 60 atletas de elite do basquetebol paulista, ficou evidenciado que 35 atletas se lesionaram durante os treinos (59,3%) e ainda ressalta que esse número pode se dar devido a disputa interna pela conquista da posição de titular, bem como o maior número de treinamentos em relação às competições, necessitando, assim, que o atleta esteja pronto para suportar, tanto a disputa interna dentro da equipe, quanto a carga a ser desenvolvida.

Foram relatados 9 tipos de lesões diferentes, tendo entorse de tornozelo como a mais comum delas, equivalendo aproximadamente 26,7% de todas as lesões encontradas, presente em 16 dos 19 atletas que apresentaram lesão (84,5%). A articulação apontada pela maioria dos estudos como a mais susceptível a lesão foi o tornozelo, dados que corroboram com estudo de MARTINS e colaboradores (2017) que obteve um resultado semelhante, aonde 40 atletas participaram da amostra, sendo que 27 (41,5%) apontaram que haviam sofrido tal lesão, e no estudo de Gantus e Assunção (2009) que analisou 59 atletas de basquetebol das equipes Hebraica, Santo André, Barueri, São Caetano, Palmeiras, Corinthians e Valtra–Mogi, do estado de São Paulo e relatou 455 lesões sendo a mais frequente o entorse de tornozelo com 10,8%. Nas modalidades coletivas este tipo de lesão é mais comum devido ao contato físico entre atletas e o impacto no solo, como saltos e deslocamentos

Quanto as lesões em membros superiores, nesse estudo a mais prevalente foi a luxação dos dedos da mão ocorrendo em 4 atletas (21,7%) essa baixa incidência corrobora com o estudo de Silva e colaboradores (2002), em um estudo com 66 atletas de 5 equipes diferentes da elite do basquetebol feminino do estado de São Paulo aonde das 78 lesões computadas, apenas 3 (3,8%) foram luxação dos dedos da mão. Podemos observar um dado parecido no estudo de Moreira e colaboradores (2002) que analisou a prevalência de lesões nos atletas da Seleção Brasileira de Basquete do ano de 2002, no qual foram relatadas 102 lesões das quais apenas 8 (8,8%) foram na articulação dos dedos da mão. Outro estudo que corrobora com esse dado, é o de Vaz e colaboradores (2003) que analisou a incidência de lesões numa equipe de basquetebol masculino da cidade de Bauru-Sp, no qual dos 13 entrevistados, 11 (84,6%) foram acometidos por essa lesão, totalizando 7,8% das 141 lesões registradas no estudo. Essas lesões em mãos ocorrem principalmente devido à disputa pela bola normalmente sob pressão do adversário.

Nesse estudo observamos uma incidência de lombalgia, acometendo 4 (21,7%) dos 20 atletas. Este dado corrobora com o estudo de Oliveira e colaboradores (2004) que analisaram a incidência de lesões em atletas de alto nível de basquete que representaram a cidade de São José dos Campos-Sp, na disputa da a edição quadragésima oitava edição dos jogos regionais do estado de São Paulo, aonde foram identificadas 24 lesões, tendo 6 casos (16,2%) de lombalgia. Segundo Coelho e colaboradores (2003) os distúrbios de dor lombar nos atletas de basquete são muito frequentes justificados pelo excesso de impactos na coluna causados pelos constantes saltos, sobrecarregando a musculatura e por muito contato físico na modalidade.

CONCLUSÃO

Foi observado no presente estudo um alto índice de lesão dos atletas da categoria sub-23 de uma equipe profissional de basquetebol, sendo as lesões mais frequentes, a torção de tornozelo, seguidas por luxação dos dedos da mão e lombalgia.

O conhecimento da prevalência das lesões, bem como as suas localizações e prováveis causas, reflete a necessidade de um planejamento e prevenção dessas lesões. Isto é de fundamental importância, haja vista que a parcela de jovens atletas vem crescendo com o passar do tempo. Com isso, será possível beneficiar estes atletas, já que os profissionais que atuam no departamento médico poderão usar a pesquisa para criar programas de prevenção das principais lesões que acometem os atletas jovens. Programas estes, que se bem sucedidos terão o intuito de reduzir o número de lesões e proporcionar um melhor rendimento dos atletas, assim diminuindo os custos da equipe com o departamento médico e despesas relacionadas.

REFERÊNCIAS

1. ROSE G.; TADIELLO FF.; ROSE JUNIOR D. Lesões esportivas: um estudo com atletas do basquetebol brasileiro. **Revista digital EFDeportes**, Buenos Aires, v. 10, n. 94, março de 2006
2. COHEN M.; ABDALLA RJ.; EJNISSMAN B.; AMARO JT.; Lesões ortopédicas no futebol. **Revista Brasileira de Ortopedia**, São Paulo, v. 32, n. 12, p. 940-944, 1997.
3. ALMEIDA NETO FA.; TONIN PJ.; NAVEGA TM.; Caracterização de lesões desportivas no basquetebol. **Fisioterapia em Movimento**. Curitiba, v. 26, n. 2, p. 361-368, abr./jun. 2013.
4. DA SILVA AS.; ABDALLA RJ.; FISBERG M.; Incidências das lesões musculoesqueléticas em atletas de elite do basquetebol feminino . **REVISTA ACTA ORTOPÉDICA BRASILEIRA VOLUME 15 (1) 2007**. São Paulo.

5. MARTINS A.; REGINA C.; FERNADES W.; **PREVALÊNCIA DE LESÕES EM PRATICANTES DE BASQUETEBOL DA CIDADE DE CASCAVEL-PR.** In: **Anais do 15.º Encontro Científico Cultural Interinstitucional e 1.º Encontro Internacional 2017.** Cascavel-Pr
6. MOREIRA, Paulo et al. Prevalência de lesões na temporada 2002 da Seleção Brasileira Masculina de Basquete. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, [Si], v. 9, n. 5, p. 258-262, 2003.
7. Gantus MC.; Assumpção JD.; Epidemiologia das lesões do sistema locomotor em atletas de basquetebol. **Revista Acta Fisiatrica** 2002; 9:77-84
8. BORIN JP.; GONÇALVES A.; CHALITA LVS.; LESÕES DE ATLETAS DE ELITE DO BASQUETEBOL PAULISTA ATRAVÉS DE MODELAGEM PARA DADOS CATEGÓRICOS NOMINAIS. **Revista de educação física** . Número 141. Junho de 2008. Campinas-Sp
9. MORAES MP.; SERRA MM.; ALONSO AC.; Relação entre desempenho funcional e lesões no basquetebol. **Revista Brasileira de Fisiologia do Exercício** - Volume 11 Número 3 - julho/setembro 2012. São Paulo
10. HIRATA E.; STAREPAVO FA.; 2016. **A História do Basquetebol vista sob outra ótica.** In: **ANAIS DO VIII CONGRESSO SULBRASILEIRO DE CIÊNCIAS DO ESPORTE** – Criciúma-SC – 08 a 10 de setembro de 2016. Secretarias do Colégio Brasileiro de Ciências do Esporte (Paraná, Santa Catarina, Rio Grande do Sul).
11. Coelho GF.; Trívila RC.; Piucco T.; Reis DC.; Santos SG.; Relação entre tempo e magnitudes de impactos nas aterrissagens de bandejas e rebotes no basquetebol. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte** 2003.
12. Vaz H.; Cardoso E.; Tanaka MA.; Borges JBC.; Moreno JRS.; Garcia APU.; Incidência de lesões relacionadas a equipe de basquetebol masculina. **Revista Salusvita**, Bauru-Sp, volume 27, número 1, página 69-78, 2008.

13. PINHEIRO FA.; TRÓCCOLI BT.; CARVALHO CV.; Validação do questionário Nórdico de Sintomas Osteomusculares como medida de morbidade. **Revista Saúde Pública**. Pg 307-312, 2002.