

Futebol

O futebol é um dos esportes mais populares do mundo, praticado, segundo o boletim da

Federation Internationale de Football Association (FIFA), por mais de 60.000.000 de pessoas em mais de 150 países.

Como esporte o futebol tem sofrido muitas mudanças nos últimos anos, principalmente em função das exigências físicas cada vez maiores, o que obriga as atletas a trabalharem perto dos seus limites máximos de exaustão, com maior predisposição a lesões.

È consenso mundial que o futebol arte tem dado lugar ao futebol força. O futebol em determinados locais do Brasil é o esporte que mais investe em medicina esportiva (preparadores físicos, fisiologistas, fisioterapeutas, médicos, nutricionista, psicólogo), porém em contrapartida a esses avanços temos o excesso de jogos e treinamentos que colocam os atletas nos limites de ocorrência de lesões

Os movimentos realizados no futebol são muito variados, exigindo, em média, mudanças inesperadas a cada seis segundos.

Existem inúmeros estudos sobre a incidência de lesões no futebol, porém este esporte apresenta um número muito grande de variáveis, o que torna difícil uma padronização.

Estas variáveis podem ser divididas em 2 grupos

Intrínsecas ou pessoais: como idade, lesões prévias, instabilidade articular, preparação física, habilidade et.. Já nas variáveis extrínsecas em que se avaliam a sobrecarga de exercícios, nº excessivo de jogos, condição do campo, equipamentos inadequados vestuário, chuteira, violações das regras do jogo (jogo violento).

Pedrinelli em 1994 concluiu que as lesões mais freqüentes ocorrem nos membros inferiores. Em estudo realizado por Cohen et al (1997) onde foi realizado um levantamento dos prontuários de lesões durante dois anos, de oito equipes do futebol profissional do Brasil demonstrou que as **lesões musculares** (Adutores, posterior e anterior de coxa, panturrilha) foram as mais encontradas com 39,2%, seguidas das contusões 24,1%, **entorses** seja esta de joelho ou tornozelo (17,9%), **tendintes** (tendão patelar, tendão de calcâneo) (

13,4%) e **fraturas e luxações** (tíbia e fíbula) (5,4%). As lesões ligamentares de joelho com a **ruptura de ligamento cruzado anterior** e de tornozelo foram as responsáveis pelo maior período de afastamento do atleta.

A **pubalgia** é outra afecção muito comum no futebol e que pode afastar o atleta por um bom período.