

## **OCORRÊNCIA DE SINTOMAS OSTEOMUSCULARES EM PRATICANTES DE FUTEBOL AMADOR DE UM TIME DE UM MUNICÍPIO DA ZONA DA MATA MINEIRA**

**Bruno Coelho Clemente Cardoso<sup>1</sup>**  
**Vanderlei Junior Chaves Teixeira<sup>1</sup>**  
**Deyliane Aparecida de Almeida Pereira<sup>2</sup>**  
**Kelly Aparecida do Nascimento<sup>3</sup>**  
**Marcelo Maia Costa<sup>5</sup>**  
**Wederson Rafael Fraga<sup>6</sup>**  
**Osmar Francisco Fernandes de Castro<sup>7</sup>**

[osmarffcastro@hotmail.com](mailto:osmarffcastro@hotmail.com)

**ÁREA DE CONCENTRAÇÃO:** Ciências da Saúde

### **RESUMO**

O futebol é um esporte fisicamente exigente, portanto, treinamento e condicionamento físico são essenciais em qualquer nível durante um jogo. Os danos causados por deslocamentos constantes, saltos e movimentos bruscos devem ser também ser considerados. É fundamental que se obtenha e produza conhecimentos relativos à ocorrência e distribuição de sintomas osteomusculares em jogadores de futebol amador. O objetivo do estudo é identificar a ocorrência de sintomas osteomusculares em praticantes de futebol amador de um time de um município da Zona da Mata Mineira. Será feito um estudo transversal, utilizando o questionário de sintomas osteomusculares Nórdico, validado no Brasil, o qual será disponibilizado aos participantes na forma impressa, para auto-aplicação.

**PALAVRAS-CHAVES:** sintomas osteomusculares; futebol; atleta amador.

---

<sup>1</sup>Acadêmico do curso de Educação Física da Univértix – Centro Universitário. <sup>2</sup>Mestre em Educação Física – UFV. Doutora em Ciências da Nutrição UFV. Professora do Centro Universitário Vértice – UNIVÉRTIX – Matipó. <sup>3</sup>Licenciatura e Bacharel em Educação Física – UFV. Graduada e Mestre em Educação Física, professora da Univértix – Centro Universitário. <sup>4</sup>Bacharel e Licenciado em Educação Física pela Universidade Federal de Viçosa – UFV. Especialista em Atividades Motoras em Academias, Atividades Aquáticas e Personal Training. Mestrando em Actividad Física y Salud da Universidad Europea del Atlántico – Santander – Espanha. Professor do curso de Educação Física do Centro Universitário Vértice – UNIVÉRTIX – Matipó. <sup>5</sup>Licenciado e Bacharel em Educação Física – UNEC. Professor do curso de Educação Física do Centro Universitário Vértice – UNIVÉRTIX – Matipó. <sup>6</sup>Graduação em Educação Física pela Faculdade Univértix. Pós-graduação em Fisiologia e Treinamento Aplicado em Atividades de Academias e Clubes pela Faculdade Univértix. Professor do curso de Educação Física do Centro Universitário Vértice – UNIVÉRTIX – Matipó. <sup>7</sup>Bacharel em Fisioterapia, Esp. em Docência do Ens. Superior (Univértix), Esp. em Gestão em Saúde (UFES) e Mestrando em Saúde Pública e Meio Ambiente (ENSP/Fiocruz). Professor da Univértix – Centro Universitário.

## **INTRODUÇÃO:**

O futebol é o principal esporte do mundo, particularmente na sociedade brasileira, a qual se identifica também, a partir dele, mesmo tendo sido introduzido no país por estrangeiros. Tal prática se caracteriza como um importante modo de manifestação e identificação cultural que resulta da interação de diferentes agentes sociais (PEDROZA JÚNIOR, 2018). O aumento no quantitativo de esportistas no país, após a realização de eventos de destaque, como a Copa do Mundo de Futebol em 2014 (GUIA *et al.*, 2021), é um dos exemplos da grande influência exercida por essa modalidade na população (TEIXEIRA; ARAÚJO; ROCHA SOBRINHO, 2021). Para além disso, existe uma percepção ampliada da modalidade, que transcende a caracterização de um elemento esportivo, pois se destaca por suas implicações na sociabilização, na economia, na cultura e na esfera social, dentre outros (CAMPOS, 2018). Paralelo a isso, o incentivo à adesão de práticas esportivas por influência dessa modalidade faz com que seja possível reconhecê-la como um importante meio para a promoção da saúde (GUIA *et al.*, 2021).

Embora o prazer e a diversão estejam diretamente ligados à prática do futebol, tal modalidade se dá de modo profissional ou amador, sendo que geralmente a primeira se caracteriza pela formalidade e perspectiva do trabalho, enquanto a segunda é geralmente caracterizada por informalidade e divertimento (LIMA JÚNIOR; SAMPAIO; NASCIMENTO, 2017). Salienta-se, porém, que a caracterização do futebol amador pode pressupor que não se trate de uma prática profissional, no entanto, o estilo de trabalho dessa modalidade pode estar, em muitos casos, vinculado ao profissional (SOUZA *et al.*, 2019), o que imprime questões de responsabilidades.

Para além da modalidade pela qual se vincula um praticante de futebol, particularmente nas variadas formas de futebol não profissional, é sabido que, geralmente, os atletas amadores não dispõem do mesmo tipo de preparação e cuidados que os atletas profissionais, especialmente no que concerne a uma prática mais saudável da modalidade (SILVA *et al.*, 2018). Nesse contexto, os atletas estão bem mais vulneráveis a terem problemas de saúde dentro - e fora - de campo, por

não saberem o seu estado de saúde, por não disporem de condições para a realização dos exames recomendados, especialmente para a avaliação de aptidão física coerentemente ao que é demandado por essa prática (SOUZA *et al.*, 2019).

Diante do exposto, é fundamental que se obtenha e produza conhecimentos relativos à ocorrência e a distribuição de sintomas osteomusculares em jogadores de futebol amador, não apenas em razão da incipiência de estudos relativos à sua ocorrência, a qual caracteriza a lacuna que justifica essa pesquisa, mas, para subsidiar o necessário processo de sensibilização acerca da importância da prática segura da modalidade, que impactará na saúde e na qualidade de vida de seus praticantes. Nesse sentido, tem-se como questão norteadora: Qual é a ocorrência autorreferida de sintomas osteomusculares por jogadores de futebol amador? O objetivo desse estudo é identificar a ocorrência de sintomas osteomusculares em praticantes de futebol amador de um time de um município da Zona da Mata Mineira.

Essa pesquisa é relevante pois, além de contribuir com a ciência na compreensão da ocorrência de sintomas osteomusculares em jogadores de futebol, poderá, através da disponibilização dos dados e reflexões obtidos, contribuir com estratégias de sensibilização junto às autoridades públicas, evidenciando a necessidade de cuidados que não apenas estimulem a prática esportiva para a melhora da saúde, mas, considerem ser crucial o incentivo à prática segura dessa modalidade.

## **FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA**

No Brasil, o futebol é um esporte de grande visibilidade. Em geral, pode ser uma ferramenta de sociabilização e lazer, cuja adesão se explica também pelo fato de ser um grande elemento da cultura brasileira. O futebol de campo pode ser desenvolvido profissionalmente ou de forma amadora. A prática amadora se justifica dentre outras coisas, pela busca de lazer, de prazer e de diversão. Apesar disso, os praticantes de futebol amador encaram várias dificuldades na realização de sua prática, a exemplo de estrutura inadequada, da falta de preparação física, da falta de

cuidados alimentares, ausência de patrocínios, de incentivo da mídia, dentre outros (SOUZA *et al.*, 2019).

O futebol é um esporte fisicamente exigente, portanto, treinamento e condicionamento físico são essenciais em qualquer nível durante um jogo (SOUZA *et al.*, 2019). Como em qualquer outro esporte de alto nível, a participação física do atleta exige múltiplas demandas fisiológicas, como velocidade, força, flexibilidade, resistência etc., e o desequilíbrio entre essas variáveis é um tema causal das lesões esportivas. As lesões esportivas podem ser descritas como uma síndrome dolorosa que impede o atleta de realizar atividades físicas, prejudica seu desempenho e pode estar intimamente associada ao contato físico. Além disso, danos causados por deslocamentos constantes, saltos e movimentos bruscos, também podem ser considerados. Salienta-se, porém, que a sobrecarga de atividade física em atletas não é a única causa de lesão (TEIXEIRA; ARAÚJO; ROCHA SOBRINO, 2021).

Dos vários tipos de lesão, as distensões são mais comuns nos esportes, especialmente aquelas que envolvem corridas em alta velocidade, chutes e mudanças rápidas de direção, como visto no futebol (SILVA; SALES; MENDES, 2020). Os tipos de lesões incluem contusões e lacerações musculares, que são causadas por trauma direto e são mais comuns em esportes de contato, enquanto as distensões musculares são lesões indiretas, que ocorrem principalmente em esportes isolados e exigem alta força muscular. Nas contusões musculares, o trauma direto inicia um processo inflamatório imediato com dor localizada, edema, presença ou ausência de hematoma, limitação da força e mobilidade articular, rigidez e dor ao alongamento passivo (LIMA; SILVA; CUNHA FILHO, 2022).

No âmbito do futebol, a ocorrência de lesões ou sintomas está associada a um desequilíbrio fisiológico ou mecânico, em decorrência de eventos traumáticos diretos ou indiretos, do uso excessivo de determinado gesto motor, assim como da movimentação inapropriada das articulações, dentre outros.

Tal ocorrência se dá no aparelho locomotor, abrangendo alterações estruturais ou funcionais nos sistemas ósseo, muscular, ligamentar ou articular (TEIXEIRA; ARAÚJO; ROCHA SOBRINHO, 2021). Estruturas estas que, estando

sujeitas, aos estresses mencionados poderão perceber sintomas como fadiga muscular, dores e/ou parestesias. Essas manifestações se agrupam num termo genérico (SILVA et al., 2018), muito utilizado pela ergonomia, em sua perspectiva de ambiente, para além do contexto laboral (CARDOSO, 2017): os Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (DORT's), que por sua vez, serão tratados por aqui como Sintomas Osteomusculares (BRASIL, [s.d.]).

O conhecimento sobre tais manifestações, fatores adjuntos às lesões osteomusculares e o seu perfil clínico e epidemiológico subsidiam a análise correta da ocorrência desses eventos assim como favorecem a proposição de medidas/cuidados necessários mais específicos para a prevenção dessas condições. O conhecimento para evitar novas condições, pode determinar quais regiões corporais são mais afetadas nas práticas de futebol, com vistas a identificar as características fisiopatológicas e determinar a forma de ocorrência e distribuição desse fenômeno nas diferentes populações em favor da elaboração de programas preventivos e inclusive para o manejo de tais condições (TEIXEIRA; ARAÚJO; ROCHA SOBRINHO, 2021).

Para além disso, é necessário que as abordagens direcionadas aos atletas amadores abranjam, também, mudanças acerca da cultura de autocuidado para a prática e para a vida. Com isso, corroboram Souza *et al.*, 2019, ao afirmar que no futebol amador, embora alguns jogadores saibam da importância de determinados cuidados como com a dieta e dentre outros hábitos saudáveis, por exemplo, eles nem sempre os adotam, por julgarem não necessitar de cuidados tão específicos, uma vez que apenas jogam nos fins de semana. Tal concepção constitui fator de risco para o desenvolvimento de problemas de saúde em atletas, pois sem uma boa alimentação, por exemplo, o corpo não conseguirá atingir a base necessária para suportar as exigências impostas durante a competição, dada a necessidade de nutrientes para reconstrução muscular, além de não fazerem treinos regenerativos como os atletas profissionais, pelo que os jogadores amadores correm risco iminente de lesão.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo descritivo que, segundo Gill (2002), tem como objetivo principal descrever a relação entre características, que podem ser populações, fenômenos ou variáveis, utilizando técnicas padronizadas para coleta de dados de estudos descritivos.

Serão estudados os jogadores amadores de futebol de campo de um Município da Zona da Mata Mineira, cuja população estimada pelo IBGE (2022), consiste em 13.434 (treze mil, quatrocentos e trinta e quatro) habitantes, sendo que a seleção amostral se dará por conveniência.

Estima-se que a amostra seja constituída por 30 jogadores, os quais serão abordados de forma presencial, por meio de contato direto, após a anuência formal do responsável pelo time, o qual designará o momento adequado para abordar aos jogadores, seja durante os horários de treino ou em outro momento que a direção julgar conveniente.

O critério de inclusão se considerou praticantes de futebol amador de campo, do sexo masculino, vinculado ao time de futebol de campo do município indicado, que decidirem voluntariamente participar da pesquisa. O desinteresse em participar da pesquisa consistirá em critério de exclusão.

Para cumprimento das questões éticas, o projeto será submetido ao Comitê de Ética de Pesquisa com Seres Humanos (CEP), da UNIVÉRTIX, para apreciação ética. Após a aprovação do referido comitê, os pesquisadores prosseguirão com a coleta de dados, previstas para agosto. Nesta oportunidade, os participantes serão esclarecidos em relação aos propósitos e aos procedimentos relativos à pesquisa, os riscos e benefícios e a sua participação será concretizada mediante o aceite do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Este estudo seguirá as especificações da Lei 466/2012 (BRASIL, 2012), que trata de pesquisa envolvendo seres humanos, resguardando-lhe o anonimato e autonomia de recusar-se ou desistir de fazer parte da amostra do estudo.

Será aplicado um questionário que apresenta uma primeira parte referente à caracterização do perfil sociodemográfico dos jogadores, constituído por perguntas

referentes à idade, sexo, escolaridade e estado civil. Na sequência, para a avaliação dos sintomas osteomusculares, será aplicado o Questionário Nórdico de Sintomas Osteomusculares (QNSO), validado no Brasil por Pinheiro, Tróccoli e Carvalho (2002) está disponível sob domínio público e não necessita de solicitação de autorização para uso (SANTOS et al.; 2021). Esse instrumento permite identificar, medir e especificar, segundo o relato dos participantes, a ocorrência de sintomas osteomusculares conforme as regiões corporais, assim como sua intensidade e período de apresentação. Por ser autoaplicável e de fácil interpretação, estima-se que a aplicação de cada instrumento demandará o tempo máximo de 10 minutos.

Quanto aos riscos psicológicos, durante a aplicação do questionário os participantes poderão sentir-se constrangidos (as) frente a alguma questão e preferir não se manifestar, tendo o direito de responder apenas às perguntas que desejar, amenizando assim a ocorrência do referido risco.

Os pesquisadores serão os únicos a ter acesso aos dados, mas admite-se o risco de ocorrer extravio decorrentes de furto ou perda, assim serão tomadas todas as providências necessárias para manter o sigilo, a saber: a) identificação dos indivíduos nos questionários por números; b) limitar o acesso aos questionários apenas pelo tempo determinada pela pesquisa, posteriormente será arquivado pelo pesquisador responsável; c) suspensão da pesquisa, caso seja detectado perda ou roubo de documentos.

Após a coleta de dados, as informações serão agrupadas por questões, tabuladas no Microsoft Excel, sendo calculadas e apresentadas medidas de tendência central e dispersão (variáveis contínuas) e distribuições de frequências relativas e absolutas (variáveis categóricas). Posteriormente, os dados serão analisados pela estatística descritiva, por meio de gráficos e tabelas.

## **RESULTADOS E DISCUSSÕES**

Por se tratar de um Projeto de Trabalho de Conclusão de Curso, a realização da coleta e da análise dos dados obtidos estará condicionada à autorização do Comitê de Ética da Univértix. Após os respectivos procedimentos, serão

apresentados os resultados e discussões mediante à confrontação com a literatura pertinente.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Por se tratar de um Projeto de Trabalho de Conclusão de Curso, a conclusão será apresentada após finalização do estudo, identificando possíveis limitações e contribuições para estudos futuros.

## REFERÊNCIAS

BRASIL, M. da S. SINANWEB DRT LER/DORT. [s. d.]. Disponível em: <http://portalsinan.saude.gov.br/drt-ler-dort>. Acesso em: 29 jun. 2022.

CAMPOS, F, R, G. O conceito de espaço de representação do futebol com possibilidade para apreensão do futebol profissional e amador como fenômenos da espacialidade. **Bol. Geogr.**, Maringá, v. 36, n. 2, p. 1-13, 2018.

CARDOSO, L, G. **Conforto térmico no vestuário em cidades de calor intenso**. 2017. 95 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Tecnologia em Design de Moda) - Universidade Tecnológica Federal do Paraná. Apucarana, 2017.

CNS (2012) “**Resolução No 466, de 12 de dezembro de 2012**” – Conselho Nacional de Saúde, Disponível em: <http://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2012/Reso466.pdf> , Acesso em jul. 2022.

GIL, A. C. Como elaborar projetos de pesquisa. 5. ed. São Paulo: **Atlas**, 2008.

GUIA, N, D. *et al.* O futsal como meio de promoção da saúde em um projeto social. **Revista Brasileira de Futsal e Futebol**, v.13, n.55, p.589-594, 2021.

JÚNIOR, J. C. C. de L. *et al.*, Futebol amador: lazer e saúde. Anais III JOIN / Edição Brasil... Campina Grande: **Realize Editora**, 2017. Disponível em: <https://editorarealize.com.br/artigo/visualizar/49857> . Acesso em: 02/07/2022

PEDROZA JÚNIOR, E. T. **História de vida de ex-jogadores profissionais de futebol: qual o valor da educação formal?**. 2018. 138 p. Dissertação de Mestrado. Universidade Federal de Pernambuco. Recife, 2018.

PINHEIRO, F. A.; TRÓCCOLI, B. T. & CARVALHO, C. V. de. Validação do Questionário Nórdico de Sintomas Osteomusculares como medida de morbidade. **Revista de Saúde Pública**, [S. l.], v. 36, p. 307–312, jun. 2002. Disponível em:

<http://www.scielo.br/j/rsp/a/CnkzdkBPgkDg4j4Mz6c9nPw/?lang=pt>. Acesso em: 30 jun. 2022.

SANTOS, B, S. *et al.* Fatores associados ao presenteísmo em trabalhadores de enfermagem. **Revista Brasileira de Enfermagem REBEn**. 2022. Disponível em: [https://www.scielo.br/j/reben/a/BKntGqdCJbzjW8FVjRQBN7b/?lang=pt&format=pdf#:~:text=Ainda%20sobre%20o%20mesmo%20estudo,desempenho%20no%20trabalho\(5\)](https://www.scielo.br/j/reben/a/BKntGqdCJbzjW8FVjRQBN7b/?lang=pt&format=pdf#:~:text=Ainda%20sobre%20o%20mesmo%20estudo,desempenho%20no%20trabalho(5)). Acesso em: 02/07/2022

SILVA, Estevão Tavares da, SALES, Wesley Barbosa, MENDES, Heber Alves de Sousa. Efeitos do exercício nórdico na prevenção de lesões nos isquiotibiais de jogadores de futebol: uma revisão integrativa. **Research, Society and Development**. v. 9, n. 5, p. 1-13. 2020

SILVA, R, A, F. *et al.* Prevalência de lesões ocupacionais e ergonômicas de docentes do curso de fisioterapia do centro universitário católica de Quixadá-CE. **Jofisc**. v. 1, n. 1, p. 1-1. 2018.

SOUZA, S. M. dos S. *et al.*, Futebol amador: realidades e dificuldades. Anais VI JOIN / Brasil - Portugal. Campina Grande: **Realize Editora**, 2019. Disponível em: <https://www.editorarealize.com.br/index.php/artigo/visualizar/57690> . Acesso em: 02/07/2022

TEIXEIRA, L, S; ARAÚJO, G, S, S; SOBRINHO, H, M, R. Análise epidemiológica de lesões em atletas profissionais de futebol em dois clubes de futebol de goiânia-go. **Revista Brasileira de Futsal e Futebol**. São Paulo. v. 13, n. 52, p. 31-38. 2021.