



A INCIDÊNCIA DE LESÕES EM MEMBROS INFERIORES NO FUTEVÔLEI

The incidence of injuries to lower limbs in footvolley

Daniel Fernandes da Silva¹
Alex Augusto Vendramini²

¹Discente do curso de Fisioterapia das Faculdades Integradas de Bauru

²Orientador e Docente do curso de Fisioterapia das Faculdades Integradas de Bauru

Resumo

O Futevôlei, esporte originado nos anos 60, combina futebol com vôlei, sendo inicialmente praticado sem regras e apenas com pés e cabeça. Em 1998, foi criada a Confederação Brasileira de Futevôlei (CBFv) que coordena campeonatos e estabelece regras. O esporte é praticado em duplas, numa quadra de 18x9 metros, exigindo grande habilidade, concentração e movimentação rápida, com até três toques para passar a bola sobre a rede. A prática de Futevôlei envolve uma série de mecanismos musculares, e os benefícios incluem aumento da flexibilidade, controle de bola, hipertrofia muscular e melhora da coordenação motora. No entanto, a exposição constante ao esporte, especialmente em areia, pode resultar em lesões, sendo necessário compreender os fatores predisponentes a tais problemas. Este estudo teve como objetivo analisar a incidência de lesões em membros inferiores no Futevôlei. A metodologia consistiu em uma revisão de literatura, com pesquisa em bases de dados como Pubmed e Scielo, utilizando artigos em inglês e português publicados nos últimos 11 anos. Foram abordados temas como lesões, fisioterapia e esportes de areia. O desenvolvimento do estudo de corte transversal, que identificou 39 lesões em membros inferiores entre 61 atletas, destacando lesões em coxa (21,1%), joelho (18,4%) e pé (13%). A maioria das lesões nos membros inferiores dominante dos atletas, e fatores como frequência de prática e índice de massa corporal foram associados as lesões. Conclui-se que o Futevôlei apresenta risco de lesões, sendo essencial o acompanhamento fisioterapêutico para prevenção.

Palavras-chave: Futevôlei, Lesões, Fisioterapia, Esportes de areia e Membros inferiores.

Abstract

Footvolley, a sport that originated in the 1960s, combines soccer and volleyball and was initially practiced without rules and only with feet and head. In 1998, the Brazilian Footvolley Confederation (CBFv) was created, which coordinates championships and establishes rules. The sport is played in pairs, on an 18x9 meter

court, requiring great skill, concentration and fast movement, with up to three touches to pass the ball over the net. The practice of Footvolley involves a series of muscular mechanisms, and the benefits include increased flexibility, ball control, muscle hypertrophy and improved motor coordination. However, constant exposure to the sport, especially on sand, can result in injuries, and it is necessary to understand the predisposing factors to such problems. This study aimed to analyze the incidence of lower limb injuries in Footvolley. The methodology consisted of a literature review, searching databases such as PubMed and SciELO, using articles in English and Portuguese published in the last 11 years. Topics such as injuries, physiotherapy and sand sports were covered. The study included analysis of data from a cross-sectional study, which identified 39 lower limb injuries among 61 athletes, highlighting injuries to the thigh (21.1%), knee (18.4%) and foot (13%). Most injuries occurred in the athletes' dominant lower limbs, and factors such as frequency of practice and body mass index were associated with injuries. It is concluded that Footvolley presents a risk of injury, and that physiotherapeutic follow-up is essential for prevention.

Key Words: Footvolley, Injuries, Physiotherapy, Sand Sports e Lower limbs.

Introdução

O Futevôlei teve sua origem em meados dos anos 60, tendo como seus precursores atletas da época que inovaram juntando o futebol e vôlei, criado para adequar e burlar uma lei que proibia a prática de esportes com rede sem delimitações de espaço nas praias do Rio de Janeiro. No início era praticado apenas com os pés e a cabeça, e sem regras para comandar a sua execução. Em dezembro de 1998 foi fundada a Confederação Brasileira de Futevôlei (CBFv) onde são coordenadas as regras, campeonatos oficiais e novas organizações presentes, sendo também pioneira da Federação Internacional de Futevôlei (FIFv) promovendo o crescimento e o desenvolvimento saudável do esporte (Confederação Brasileira de Futevôlei, 2024).

O esporte praticado em duplas, numa quadra onde as dimensões são iguais a do vôlei de praia 18x9 metros, exige muita habilidade e concentração dos praticantes, aumentando sempre a dinâmica do jogo com variações de movimento, contatos rápidos com a bola e exigências do próprio jogo, onde um atleta depende do outro. Tem como seu objetivo passar a bola por cima da rede utilizando até três toques, podendo ser realizados com: cabeça, ombro, peito, coxa e pé (Sousa, 2014).

Durante os movimentos a musculatura deve estar preparada para realizar os mecanismos com mais eficiência, que são: Cabeça – abdutores de ombro, flexores de quadril, flexores de joelho, flexores de cotovelo, estabilizadores posturais e da coluna vertebral. Peito – extensores da coluna vertebral, flexores de cotovelo, flexores de quadril e abdutores de ombro. Coxa – flexores de quadril, flexores de joelho e abdutores de ombro. Pé – inversores de tornozelo, flexores de joelho, flexores de quadril, flexores de cotovelo e abdutores de ombro (Xavier, 2022).

Ser um praticante ativo de Futevôlei pode gerar vários benefícios como o desenvolvimento da flexibilidade, distribuição de gordura corporal, hipertrofia dos membros inferiores, devido ao esforço realizado em solo instável além de melhorar a noção de espaço, controle de bola e coordenação motora (Silva *et al.*, 2022).

A exposição constante em qualquer modalidade esportiva já é um alerta para o risco de lesões, impedindo o atleta de dar continuidade a prática esportiva. Existem vários fatores que predispõem uma lesão como: periodicidade, intensidade da atividade física, condições atmosféricas, tipo de modalidade e local de treinamento, além dos fatores intrínsecos como: idade, gênero, estatura, composição corporal, nível de aptidão física, que se torna necessário o conhecimento para auxiliar os praticantes (Alves *et al.*, 2015).

No entanto, podemos encontrar diferentes termos para a lesão, como a lesão desportiva, sendo a ocorrência de danos nos tecidos da região e resultante da participação em uma atividade desportiva, ou também como “qualquer acontecimento ocorrido durante jogos ou treinos no clube, com redução completa ou parcial dos atletas das participações nas atividades desportivas”. Vale destacar que as lesões osteomioarticulares tem se tornado um tema muito discutido em vários esportes, com alto índice em membros inferiores (quadril, joelho, tornozelo e pé), associados há: corrida, saltos e gestos motores de cada modalidade (Santos, 2013).

O terreno em que a modalidade é praticada requer atenção por ser instável e muito exigente em comparação ao estável. O gasto energético sofre alterações nas atividades quando são comparadas, principalmente ao correr, saltar e caminhar. A prática de exercícios na areia, apesar de aumentar o gasto energético, são recomendados para a melhora na agilidade, condicionamento físico, resistência aeróbica, e principalmente na potência muscular, melhorando a força concêntrica

dos músculos extensores da perna e ativando toda a musculatura necessária para o melhor desempenho e funcionalidade das articulações em superfície instável (Giatsis; Panoutsakopoulos; Kollias, 2022).

A prática de esportes na areia vem se popularizando nos últimos anos sendo o futevôlei um dos principais nesta categoria e o deixando em evidência em território brasileiro e mundial, porém bem abaixo na popularidade quando é comparado com outros esportes. Com o crescimento e a curiosidade sobre novidades da modalidade é necessário reunir informações para analisar a ocorrência de lesões, regiões mais acometidas, perfil dos praticantes e hábitos de vida, associado na intervenção da Fisioterapia nesses fatores de risco. Portanto, o presente estudo tem como objetivo evidenciar a incidência das lesões em membros inferiores no Futevôlei.

Metodologia

Foi realizado uma revisão de literatura através de pesquisa em base de dados na internet no site Pubmed e SciElo, com periódicos limitados na língua inglesa e portuguesa, em estudo com seres humanos, com delimitação de tempo de publicação nos últimos 11 anos. As palavras-chave utilizadas na busca foram: Futevôlei, lesões, fisioterapia, esportes de areia e membros inferiores. Foram incluídos artigos originais de pesquisa encontrados na literatura, revisões sistemáticas e revisões narrativas.

Desenvolvimento

Simon *et al.* (2022) realizaram um estudo de corte transversal com 61 atletas de futevôlei de ambos os sexos com faixa etária entre 18 e 55 anos, onde 62,3% jogam por lazer, 29,52% participam de campeonatos locais e 8,2% são atletas profissionais, sendo previamente avaliados por um questionário composto de 20 questões de múltipla escolha. Dos 61 voluntários 39 tiveram lesões em diversas regiões do corpo; nos membros inferiores os resultados foram: coxa 8 (21,1%), joelho 7 (18,4%) e pé (13%) sendo o tipo de lesão: lesão muscular 16 (42,1%), dor local 9 (23,7%), luxação 4 (10,5%), entorse 3 (7,9%), contusão 3 (7,9%), tendinite 2

(5,3%) e fratura 2 (5,3%). Entre os atletas os relatos foram de predominância de lesões nos membros dominantes, com 88,5% no membro inferior direito e 11,5% no membro inferior esquerdo. Os praticantes que relataram lesões durante a prática do futevôlei apresentam Índice de Massa Corporal (IMC) normal, praticam o esporte 3x por semana durante 2 a 3 horas por dia e estão na terceira e quarta décadas de vida. Os autores concluíram que o estudo relacionado às lesões por consequência do futevôlei é de extrema importância para os profissionais envolvidos na área desportiva, investigando os mecanismos de lesão e contribuindo para futuros trabalhos.

Barbotti (2024) realizou um estudo transversal e descritivo com 62 praticantes de futevôlei não profissionais de ambos os sexos com faixa etária média de 25,2 anos de idade, estatura média de 1,70m, peso corporal médio de 82kg, que praticam o esporte há 12 anos treinando 2 vezes por semana, sendo previamente entrevistados antes da pesquisa. Dos 62 voluntários 39 tiveram lesões em diversas regiões do corpo, em membros inferiores os resultados foram: joelho 11 (19,3%), quadril 10 (17,5%), coxa 6 (10,5%), perna 6 (10,5%), tornozelo 4 (7%) e pé 2 (3,5%) sendo os tipos de lesão: pubalgia 8 (14%), estiramento muscular 7 (12,3%), tendinopatia 5 (8,8%), lesões ligamentares 5 (8,8%), contraturas musculares 4 (7%), fraturas 4 (7%), contusão 4 (7%) e luxações 3 (5,3%). Entre os voluntários 26 tiveram ao menos uma lesão, 9 apresentaram 2 lesões, 3 tiveram 3 lesões e apenas um apresentou 4 lesões, totalizando 55 lesões em 39 pessoas, sendo que 10 desses praticantes precisaram ser afastados dos seus trabalhos e o tratamento mais procurado pelos mesmos foi a fisioterapia com 29 jogadores. Durante o estudo foi notado o mecanismo de lesão dos praticantes, sendo eles: movimento de peito 15 (26,3%), arrancada 13 (22,8%), movimento de “chapa” 10 (17,5%), movimento de cabeça 10 (17,5%), “shark attack” 5 (8,8%) e movimento de ombro 4 (7%) e com o momento da lesão evidenciado: treino 25 (43,9%), jogo amistoso 20 (35,1%) e competição 12 (21,1%). A autora conclui que o estudo é de extrema importância para efetivar protocolos de prevenção de lesões para os atletas não profissionais de Futevôlei.

Fatima (2023) realizou um estudo quantitativo e qualitativo com 30 atletas de futevôlei na cidade de Passos-PB com idade média de 25,6 anos, peso médio de 72,9 Kg, praticantes há mais de 2 anos de ambos os sexos sendo previamente

entrevistados por um questionário de prevalência de lesões no esporte. Dos 30 voluntários 17 tiveram lesões em diversas regiões do corpo. Nos membros inferiores os resultados foram: joelho 15 (50%) sendo os tipos de lesão: entorse articular 12 (40%), fratura 3 (10%), luxação 2 (6,7%), contusão 1 (3,3%) e tendinite 1 (3,3%). Durante o estudo foi notado o mecanismo de lesão dos praticantes, sendo eles: movimento de defesa 17 (56,6%), movimento de “*chapa*” 5 (16,7%), “*shark attack*” 5 (16,7%), recepção 2 (6,7%) e movimento de cabeça 1 (3,3%) sendo constatado que 12 (40%) dos voluntários necessitaram de intervenção cirúrgica em suas lesões, 1 (3,3%) de tratamento com a fisioterapia e 16 (53,4%) relataram sintomas após o retorno a modalidade. A autora conclui que a prevalência de queixas musculoesqueléticas relacionadas ao Futevôlei foi alta em atletas, sendo o Joelho uma das regiões mais acometidas, podendo estar relacionada a falta de preparo, desconforto e ausência de fortalecimento muscular como fatores de risco.

Hortência (2024) realizou um estudo quantitativo e descritivo com 53 pessoas para investigar a prevalência de entorse de tornozelo em jogadores de futevôlei com idade entre 18 e 40 anos, de ambos os sexos que praticam o esporte há mais de um ano, com treinos entre 2 a 4 vezes na semana com duração de treino entre 1 e 4 horas. Dos 53 voluntários 25 (47,7%) tiveram entorse de tornozelo constatada, tendo prevalência de lesão no sexo masculino (56%) com faixa etária predominante entre 20 e 25 anos de idade (49,05%). Após a pesquisa os praticantes foram submetidos ao questionário entorse de tornozelo – faos (adaptado) ampliando a visão e somando com os aspectos avaliados como: frequência de lesão, percepção dos atletas sobre sua condição física e as limitações funcionais decorrentes das entorses. Os dados do questionário comprovam que: 56% dos atletas relataram dor no tornozelo ou no pé mensalmente, 20% semanalmente e 12% diariamente com nível de dor moderado (40%), leve (40%) e acentuado (4%). No impacto funcional: 32% dos atletas sentem dor ao realizar o movimento de flexão plantar, 24% na dorsiflexão e 12% dor em repouso e em movimentos específicos referem-se a dificuldade em: correr (44%), pular (48%) e mudança de direção (40%). A autora conclui que a modalidade do futevôlei pode ocasionar quadros de entorse de tornozelo, destacando a necessidade de programas contínuos de educação, prevenção e reabilitação reduzindo o impacto da lesão no esporte, tornando a praticada modalidade mais saudável e segura.

De Matos e Raimundo (2023) realizaram uma revisão sistemática para elaborar estratégias de prevenção e reabilitação de lesões em atletas de futevôlei. Os autores citam que os atletas estão suscetíveis a várias lesões na prática dessa modalidade, porém as principais lesões observadas nos praticantes são: entorses (resultantes de movimentos bruscos e desequilíbrio nas regiões de joelho e tornozelo), distensões musculares (ocorrem devido à sobrecarga nos músculos envolvidos em saltos e chutes característicos da modalidade) e as lesões articulares (resultantes de movimentos repetitivos durante as partidas com impacto no joelho). Por fim, concluem que nos estudos verificados para a revisão sistemática foi observado um maior número de lesões em membros inferiores na prática de futevôlei, sendo fundamental a intervenção para a implementação de estratégias eficazes de prevenção e reabilitação para a segurança e bem-estar dos praticantes da modalidade.

Xavier (2022) realizou um estudo transversal e analítico para quantificar as lesões osteomusculares no futevôlei, com 79 praticantes da modalidade, amadores e profissionais, de dois centros de treinamento na cidade de Goiânia. Praticantes de ambos os sexos, idade média de 26,11 anos, altura média de 1,74m, peso médio de 74,43kg, que praticam o esporte entre 1 e 5 anos, treinando de 1 a 7 vezes na semana com carga horária de 1 há 4 horas. Os mesmos aceitaram participar do estudo sendo previamente entrevistados presencialmente. Dos 79 voluntários 38 (48,1%) tiveram lesões, com prevalência na “primeira lesão” (26,6%), sendo caracterizadas por: lesão ligamentar 11 (17,7%), estiramento muscular 7 (11,3%), contusão muscular 5 (8,1%), fratura 4 (6,5%), distensão muscular 3 (4,8%) e tendinopatia 3 (4,8%), localizadas anatomicamente nos membros inferiores em: joelho 15 (24,2%), quadril/pelve 9 (14,5%), tornozelo/pé 6 (9,7%), coxa 4 (6,5%) e perna 2 (3,2%). Nos mecanismos de lesão foram identificados: queda 13 (21%), movimento de peito 10 (16,1%), “*shark attack*” 8 (12,9%), movimento de “*chapa*” 5 (8,1%) e movimento de cabeça 5 (8,1%) como os mais prevalentes. Entre as lesões foi notada a quantidade de lesões no treinamento (62,9%), levando em conta a alta intensidade de desempenho para as competições. A autora conclui que as principais lesões osteomusculares no Futevôlei são em membros inferiores, relatando a importância do presente estudo tendo em vista o crescimento da modalidade no país e a falta de estudos sobre o tema.

Henrique (2022) realizou um estudo transversal, observacional e analítico com oito atletas masculinos de futevôlei, com idade entre 22 e 31 anos, que praticam a modalidade de 3 a 5 vezes na semana sem histórico prévio de lesões e com hábitos saudáveis. O estudo teve como objetivo analisar o equilíbrio entre os grupos antagonistas e agonistas que envolvem a articulação do joelho juntamente com o lado dominante e não dominante. Quatro atletas (50%) apresentaram uma diferença maior no pico de torque dos músculos extensores e três atletas (37,5%) tiveram uma diferença maior do que 10% no pico de torque dos flexores do lado não dominante. Foi observado também um desequilíbrio entre os antagonistas/agonistas no lado dominante de quatro atletas (50%) e no lado não dominante de seis atletas (75%). O autor relata que é de extrema importância o tema e que o estudo pode ajudar avaliação e na prevenção de lesões causadas por desequilíbrios musculares nos praticantes de futevôlei.

Alves *et al.* (2015) realizaram um estudo transversal analítico em oito clubes de Brasília com 69 participantes de ambos os sexos, idade média de 32,5 anos, massa corporal média de 72,8 kg, altura média de 1,73m com tempo de prática entre 4 meses e 23 anos, com média de frequência em três vezes semanais com duas/três horas por dia. Dos 69 participantes, 27 relataram lesão durante a prática do Futevôlei, sendo eles 20 homens e 7 mulheres, onde 19 (55,88%) pessoas tiveram suas lesões nos membros inferiores com localização em: 9 (26,47%) joelho, 4 (11,76%) coxa, 4 (11,76%) pé, 3 (8,32%) pelve e 2 (5,88%) a perna. Dentre os fatores relacionados a lesão tiveram relatos de: técnica inadequada (18,36%), condições do solo (10,20%), falta de condicionamento (6,13%) e desgaste físico (2,04%). Os autores concluíram que houve predominância em lesões nos membros inferiores do sexo masculino que praticam o esporte a mais tempo.

Sousa (2022) realizou uma revisão narrativa de literatura para analisar a prevalência de lesões em atletas de futevôlei e como objetivo secundário analisar os fatores de risco nessas lesões. Dos 181 atletas que somaram no estudo, 87 (48,06%) já sofreram lesão praticando futevôlei, sendo que muitos tiveram mais de uma lesão. O joelho foi uma das principais regiões acometidas com fraqueza da musculatura (quadríceps e músculos pósteros laterais do quadril) e redução de flexibilidade (isquiotibiais e quadríceps), sugerindo uma sobrecarga mecânica na articulação durante as partidas. O autor conclui que a ausência de estudos dificulta

a tomada de decisão e intervenção da fisioterapia, porém ressalta a importância do tema e os fatos para contribuírem no bem-estar, saúde e performance dos seus praticantes, traçando estratégias para prevenir as lesões e reabilitação dos atletas.

Sousa (2014) realizou um estudo transversal com praticantes de futevôlei localizados em Brasília-DF com 33 voluntários do sexo masculino, com idade entre 22 e 40 anos, que praticam o esporte há mais de um ano e treinam pelo menos duas vezes por semana e foram previamente entrevistados antes da pesquisa. Dos 33 participantes, 22 (66,7%) apresentaram lesões relacionadas ao futevôlei com localização anatômica em: joelho (31,8%), tornozelo (22,7%), coxa (9,1%) onde alguns indivíduos tiveram mais de uma lesão. Dos voluntários 69,7% apontam predominância no membro inferior direito e 30,03% predominância no membro inferior esquerdo, onde também 78,8% pratica apenas por lazer 21,2% participam de campeonatos locais ou de nível nacional. O autor conclui que é necessário avançar na área do estudo para esclarecer o motivo e o surgimento das lesões no futevôlei, indicando variáveis para as lesões como: movimentação inadequada, falta de treinamento e falta de noção corporal. O mesmo finaliza apontando que, as lesões na modalidade são de extrema relevância aos profissionais envolvidos na área desportiva.

Pozzobom e Okubo (2021) realizaram um estudo epidemiológico, observacional, transversal e descritivo que analisaram a incidência de lesões de praticantes de futevôlei. Foram incluídos no estudo 214 participantes de ambos os sexos (masculino: 72,9% e feminino: 27,1%) com idade média de 29,59 anos, com tempo de experiência entre um mês e 336 meses, com média de 2,85 treinos por semana com duração média de 3,63 horas, onde 52,3% participam de campeonatos de nível local, regional/estadual, nacional e internacional. Na ocorrência das lesões foi evidenciado que 112 pessoas (52,3%) sofreram lesões relacionadas ao futevôlei, com 66 (30,8%) sofrendo apenas uma lesão e 45 (21%) a mesma lesão mais de uma vez com tempo de afastamento: 18 pessoas (8,5%) ficaram entre um e três dias, 35 pessoas (16,4%) ficaram entre quatro e sete dias, 26 pessoas (12,2%) ficaram de oito e vinte e oito dias e 21 pessoas (9,9%) ficaram afastados por mais de vinte e oito dias. Por fim os autores concluem que o tema é de extrema importância por conta da escassez de informações referente ao estudo sobre as lesões.

Santos (2013) realizou um estudo para evidenciar a incidência de lesões osteomioarticulares em atletas de futevôlei em Brasília, com 69 voluntários de ambos os sexos (Masculino: 78,3% e Feminino: 21,7%), faixa etária média de 30,9 anos, treinam em média 3,2 vezes na semana com carga horária média de 2,8 horas. Os atletas foram avaliados durante um torneio, sendo previamente entrevistados para a pesquisa. Dos 69 voluntários um total de 53,6% sofreu lesão durante a prática nos treinos e competições (óssea: 11,9%, ligamentar: 28,6% e muscular: 59,5%), sendo que 87,8% ficaram afastados das práticas e 10,03% precisaram passar por procedimentos cirúrgicos. A localização anatômica das lesões foi: joelho 23%, panturrilha 5%, tornozelo 5%, pés 7% e quadril 2% e alguns fatores foram citados como mecanismos para possível lesão, como: sobrecarga muscular, saltos, defesas e deslocamento na quadra. O autor conclui que o estudo contribuiu para a compreensão do tema, agregando no conhecimento das lesões nessa modalidade.

Faria (2023) realizou um estudo para analisar a incidência de lesões dos músculos extensores da coluna entre jogadores de futevôlei com 66 participantes. Dentre os participantes foram separados em dois grupos: grupo controle (36 voluntários com mais de 18 anos de ambos os sexos, 47,2% feminino e 52,8% masculino) e grupo futevôlei (30 voluntários com mais de 18 anos, ambos os sexos, 50% de cada, que praticam a modalidade há mais de um ano, com frequência semanal mínima de dois treinos por semana). No grupo controle uma grande maioria dos participantes relataram ter sofrido lesões prévias em comparação das lesões nos últimos seis meses, sendo as lesões recentes com incidência de: 60% lesões no tornozelo e 20% de lesões na coluna lombar, já nas lesões prévias a localização anatômica foi: 40% tornozelo, 20% joelho, 20% cotovelo, 20% quadríceps. Já o grupo futevôlei apresentou maior prevalência nas lesões prévias, sendo as áreas com maior índice: 50% joelho e 50% virilha. O autor conclui que não houve diferença significativa entre os grupos, e que a carência de estudos sobre o tema impede a compreensão sólida dos efeitos do Futevôlei na saúde musculoesquelética.

Pinto *et al.* (2020) realizaram uma pesquisa quantitativa e transversal com o objetivo de compreender as principais lesões em atletas praticantes de futevôlei nas cidades de Itajaí e Balneário Camboriú. Foram 51 participantes com faixa etária

média de 37,5 anos, com massa corporal média de 82,2 Kg e tempo de prática médio da modalidade de 8,3 anos. Dos 51 participantes 36 (70,58%) relataram ter lesões adquiridas na prática do futevôlei, sendo encontrado um total de 86 lesões localizadas em: tornozelo (4), virilha (14), hálux (2), joelho (17), posterior de coxa (1) e panturrilha (2) com o tipo de lesão variado entre: entorse, lesão muscular, luxação, ruptura ligamentar, tendinite, fratura e contusão. Dos atletas lesionados 34 (92%) sofreram as lesões durante os jogos e 3 (8%) nos treinamentos e, um dos participantes, se lesionou tanto em jogo quanto no treino. Os autores concluíram que a modalidade está em crescimento constante, e o presente estudo pretende contribuir para a elaboração de métodos de treinamento e descrevendo as principais lesões que acometem seus praticantes.

Silva (2022) realizou uma revisão sistemática da literatura analisando a prevalência de lesões musculoesqueléticas em esportes de areia, relacionando estudos de coorte, estudo prospectivo, estudo transversal e estudo epidemiológico descritivo, com participantes que jogam alguma modalidade de esporte na areia, de ambos os sexos e com o seguinte desfecho na revisão: lesões em jogadores de esportes de areia. Um dos estudos analisou a presença de lesões em jogadores de futevôlei, com 69 jogadores, onde 27 tiveram lesões e 19 (55,8%) foram lesões em membros inferiores com localização anatômica em: 9 joelho, 4 coxa, 4 pé e 3 pelve. A autora relata a importância desse tema e o papel da fisioterapia na prevenção e tratamento dessas lesões. Por fim a autora conclui que nos estudos verificados para a revisão sistemática existe um alto índice de lesões, e no futevôlei essa taxa tem prevalência em membros inferiores.

Bezerra *et al* (2021) realizaram uma pesquisa para identificar lesões em atletas amadores e profissionais no futevôlei. Na pesquisa foram separados dois grupos experimentais, o GE I (18 pessoas) composto por atletas amadores e o GE II (8 pessoas) composto por atletas profissionais da modalidade, sendo os participantes apenas do sexo masculino, residentes da cidade de Araçatuba-SP, faixa etária entre 18 e 40 anos com tempo de prática mínimo de dois anos. No GE I os atletas relataram sentir dor 30% durante a prática e 70% após, com lesões confirmadas em: joelho 48%, tornozelo 7% e quadril 4%. No GE II 22% dos atletas relataram ter dor durante a prática da modalidade e 78% dor após, com lesões confirmadas em: quadril 22% e joelho 22%. Os autores concluíram que o presente

estudo é de extrema importância, podendo evidenciar que o futevôlei, quando praticado frequentemente, pode promover lesões com prevalência em joelho e coluna lombar, em atletas profissionais e amadores.

Considerações Finais

Este estudo teve como objetivo analisar a incidência de lesões em membros inferiores entre praticantes de futevôlei, buscando compreender os fatores que contribuem para sua ocorrência e as implicações na saúde dos atletas. Durante a pesquisa, foi possível identificar que as lesões mais comuns envolvem a região do joelho, tornozelo e musculatura da coxa, com diversas características presentes na modalidade do futevôlei.

Os resultados indicam que a alta incidência de lesões nos membros inferiores pode estar associada a uma combinação de fatores, como a intensidade na partida, solo instável, quantidade de treinos na semana, além de uma preparação física insuficiente para os movimentos exigidos do esporte; um ponto importante, pois as lesões podem afetar o desempenho dos atletas e, em casos mais graves, levar ao afastamento prolongado da prática esportiva.

Entretanto, diante dos resultados obtidos, é importante ressaltar uma sugestão de pesquisas futuras para a implementação de um programa de prevenção de lesões, investigando fatores como estilo de jogo na ocorrência de lesões em membros inferiores na modalidade.

Por fim, o presente estudo contribui para a compreensão da alta incidência de lesões nos membros inferiores entre os praticantes de futevôlei, destacando a necessidade de maior atenção na preparação física e na prevenção, além das medidas preventivas e conscientização dos atletas sobre o risco das lesões, para ajudar a reduzir a frequência dos acidentes, melhorando a saúde dos praticantes e qualidade no esporte.

Referências

ALVES, A. T. *et al.* Lesões em atletas de futevôlei. **Revista Brasileira Ciência Esporte**, v. 37, n. 2, p. 185-190, 2015. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rbce/a/JgtzSzQfwNGy4vmNdy9kt9J/>. Acesso em: 15 Abril 2024.

BARBOTTI, J. Lesões musculoesqueléticas em jogadores de futevôlei não profissionais. TCC (Graduação) – Pontifícia Universidade Católica de Goiás – PUC, Goiás. 2024. 19f. Disponível em:

<https://repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/handle/123456789/7649>. Acesso em: 20 Maio 2024.

BEZERRA, M. D. P. *et al.* Futevôlei e as lesões em atletas profissionais e amadores. In: FERRARI, F. C. C. R. C. *et al.* **Revista fisioterapia e terapia ocupacional: promoção & prevenção e reabilitação 2**. Ponta Grossa – PR: Atena, 2021. Capítulo 2, p. 11-19. Disponível em:

<https://atenaeditora.com.br/catalogo/post/futevolei-e-as-lesoes-em-atletas-profissionais-e-amadores>. Acesso em: 10 Agosto 2024.

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE FUTEVÔLEI (CBFv). **História**. Disponível em: <https://cbfutebol.com.br/>. Acesso em 18 Maio 2024.

DE MATOS, V. S.; RAIMUNDO, R. J. de S. Estratégias de Prevenção e Reabilitação de Lesões em Atletas de Futevôlei: Uma Revisão Sistemática. **Revista Contemporânea.**, v. 3, n. 12, 2023. Disponível em:

<https://ojs.revistacontemporanea.com/ojs/index.php/home/article/view/2546>. Acesso em 19 Setembro 2024.

FARIA, L. I. B. Incidência de lesão e resistência dos músculos extensores da coluna entre jogadores de futevôlei. **Anais do II Congresso de Educação Física da Universidade Estadual de Goiás e XII Congresso Goiano de Ciências do Esporte (Pré-CONBRACE/Pré-CONICE)**. Universidade Estadual de Goiás, Campus Sul, Unidade Universitária de Itumbiara. Itumbiara: v. 1, n. 2, 24 a 26 de agosto de 2023. Disponível em:

<https://www.anais.ueg.br/index.php/conef/article/view/15796>. Acesso em 22 Outubro 2024.

FÁTIMA, M. D. **Prevalências de Lesões musculoesqueléticas em atletas de futevôlei na cidade de Patos-PB**. TCC (Graduação) - Centro Universitário de Patos – UNIFIP, Paraíba, 2023, 68f. Disponível em:

<https://coopex.unifip.edu.br/index.php/repositoriounifip/article/view/1936>. Acesso em 10 Agosto 2024.

GIATSI, G.; PANOUTSAKOPOULOS, V.; KOLLIAS, I. A. Drop Jumping on Sand is characterized by lower Power, higher rate of force development and larger knee joint range of motion. **J. Funct. Morphol. Kinesiol.** v. 7, n. 1, p. 17, 2022. Disponível em:

<https://www.mdpi.com/2411-5142/7/1/17>. Acesso em 02 Abril 2024.

HENRIQUE, V. S. C. *et al.* Atletas de Futevôlei podem apresentar desequilíbrio nos músculos que movem o joelho: achados preliminares. *Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física*. v. 0, n. 46, p. 826-832, 2022. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8541016>. Acesso em: 10 Julho 2024.

HORTÊNCIA, B. A. S. **A prevalência de entorse de tornozelo em jogadores de futevôlei em um centro de treinamento em São Luis – MA**. TCC (Graduação) – Centro Universitário Dom Bosco, São Luis. 2024. 52f. Disponível em: <http://repositorio.undb.edu.br/handle/areas/1235>. Acesso em: 20 Junho 2024.

PINTO, M. O. *et al.* Principais lesões em atletas praticantes de futevôlei dos municípios de Itajaí e Balneário Camboriú/SC. **Coleção Pesquisa em Educação Física**, Várzea Paulista, v. 19, n. 03, p. 137-146, 2020. ISSN; 1981-4313. Disponível em: <https://fontouraeditora.com.br/periodico/public/storage/articles/f80cf8298ea89a76cd4704b0ee469fe9.pdf>. Acesso em: 30 Outubro 2024.

POZZOBOM, R. F.; OKUBO, R. Perfil epidemiológico e incidência de lesões de praticantes de futevôlei - Resultados preliminares. **31º SIC – UDESC – Seminário de Iniciação Científica – Universidade do Estado de Santa Catarina**. p. 1-2, 2021. Disponível em: https://www.udesc.br/arquivos/udesc/id_cpmenu/14734/26_16355261900093_14734.pdf. Acesso em: 20 Outubro 2024

SANTOS, D. L. M. Incidência de lesões osteomioarticulares em atletas de futevôlei. TCC (Pós-Graduação) – Universidade Católica de Brasília, Brasília, Distrito Federal, 2013, 16f. Disponível em: <https://repositorio.ucb.br:9443/jspui/bitstream/123456789/9033/1/DanielLucasMendonca7aSantosTCCGraduacao2013.pdf>. Acesso em 29 Outubro 2024.

SILVA, J. S. **Prevalência de lesões musculoesqueléticas em esportes de areia: uma revisão sistemática**. TCC (Graduação) – Centro Universitário Ritter dos Reis, Canoas, Rio Grande do Sul, 2022, 18f. Disponível em: <https://repositorio-api.animaeducacao.com.br/server/api/core/bitstreams/51cf8d71-fe9a-4af2-acc7-e8c61c511acd/content>. Acesso em: 02 Julho de 2024.

SIMON, G. S. *et al.* Caracterização das lesões na prática do Futevôlei. **Revista Saúde em foco**, v. 14, n. 2, p. 358-361, 2022. Disponível em: <https://portal.unisepe.com.br/unifia/wp-content/uploads/sites/10001/2022/05/CARACTERIZA%C3%87%C3%83O-DAS-LES%C3%95ES-NA-PR%C3%81TICA-DO-FUTEV%C3%94LEI-p%C3%A1g-355-a-363.pdf>. Acesso em: 20 Outubro 2024.

SOUSA, D. P. **Caracterização das lesões musculoesqueléticas em praticantes de futevôlei em Brasília-DF**. TCC (Pós-Graduação) - Centro Universitário de Brasília, Brasília, Distrito Federal, 2014, 36f. Disponível em: <https://repositorio.uniceub.br/jspui/handle/235/7865>. Acesso em: 15 Abril 2024.

SOUSA, D. R. S. **Prevalência de Lesões em atletas de futevôlei.** TCC (Graduação) – Universidade Federal de Minas Gerais - UFMG, Minas Gerais. 2022. 21f. Disponível em: <https://repositorio.ufmg.br/handle/1843/51959>. Acesso em: 15 de abril

XAVIER, I. S. **Lesões osteomusculares em atletas de futevôlei.** TCC (Graduação) - Pontifícia Universidade Católica de Goiás – PUC, Goiás. 2022. 28f. Disponível em: <https://repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/handle/123456789/3893>. Acesso em: 2 Março 2024