

A influência do treinamento competitivo do futsal na postura de atletas entre 9 e 16 anos

Paula Marie Hanai Akashi⁽¹⁾
Isabel de Camargo Neves Sacco⁽²⁾
Cintia Zucareli Pinto Ribeiro⁽¹⁾
Félix Ricardo Andrusaitis⁽³⁾
André Pedrinelli⁽⁴⁾

RESUMO: A prática esportiva atualmente tem se iniciado em idades cada vez mais precoces, o que pode gerar alterações no alinhamento postural de atletas, decorrentes do treinamento precoce, uma vez que o organismo das crianças ainda está em fase de desenvolvimento, sendo mais suscetíveis a sobrecargas externas. Desta forma, este estudo teve como objetivo verificar a influência do treinamento competitivo do futsal na postura de atletas com idade entre 9 e 16 anos. Foram avaliados 50 atletas de futsal do sexo masculino, voluntários, federados de 9 a 16 anos, da Sociedade Esportiva Palmeiras. Os atletas e seus responsáveis tomaram conhecimento do protocolo de pesquisa através de um termo de consentimento, assinado pelos seus responsáveis. Estes atletas foram divididos em 2 grupos: os que treinam o futsal há 6 anos ou menos (grupo 1), e os que praticam há mais de 6 anos (grupo 2). Foi realizada uma avaliação inicial, com um questionário sobre dados antropométricos, posição em que joga, tempo de treinamento, frequência de treinamento, lesões prévias decorrentes do esporte e seqüelas dessas lesões. Após esta etapa, foi realizada uma avaliação postural através de um protocolo elaborado

para avaliar o alinhamento postural e encurtamentos musculares, baseado em Kendall (1995). Observou-se que tanto o grupo 1 quanto o grupo 2 apresentaram diversas alterações posturais. Dentre as mais significativas, observamos a maior incidência de joelhos varos em atletas do grupo 2 (mais de 6 anos), concordando com os dados de Abreu et al. (1996), que comprova a tendência de varização dos joelhos após um ano de prática, em atletas jogadores de futebol com 12 a 17 anos. Observamos também a alta incidência de hiperlordose lombar tanto nos atletas do grupo 1 quanto nos atletas do grupo 2, reafirmando estudos de Watson (1983, 1995), nos quais constatou esta alta incidência nos seus atletas estudados, atribuindo a causa ao movimento do chute, que leva a um maior desenvolvimento do músculo ílio-psoas, favorecendo o aumento da hiperlordose lombar. Podemos concluir que o treinamento competitivo do futsal pode influenciar o desalinhamento postural desde o início de sua prática esportiva. Desta forma, o critério de divisão dos grupos pode não ter evidenciado a partir de quando exatamente já começam a ocorrer alterações posturais.

⁽¹⁾ Acadêmica do curso de Fisioterapia.

⁽²⁾ Docente do Departamento de Fisioterapia, Fonoaudiologia e Terapia Ocupacional da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo.

⁽³⁾ Fisioterapeuta do Instituto de Ortopedia da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo.

⁽⁴⁾ Médico do Instituto de Ortopedia da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo.

Endereço para correspondência: Rua Cipotânea, 51. Cidade Universitária. São Paulo, SP. 05360-000. e-mail: revfisio@edu.usp.br

DESCRITORES: Criança. Adolescência. Esportes. Exercício. Postura.

KEYWORDS: Child. Adolescence. Sports. Exercise. Posture.