

LESÕES MUSCULOESQUELÉTICAS EM ACADÊMICOS DAS ATLÉTICAS UNIVERSITÁRIAS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DE LITERATURA

Anna Beatriz De Moraes Lobo¹¹
Daniel Lucas Medeiros Cardoso De Sousa¹
Gabrielle Venancio Felix¹
Isabella Cristine Flores Rodrigues¹
Rúbia Mariano da Silva²

Resumo

Introdução: As associações acadêmicas atléticas (AAA) universitárias são entidades que têm como um dos objetivos principais a função de promover e coordenar práticas esportivas no âmbito universitário. As lesões musculares ocorrem, frequentemente, quando existe um desequilíbrio entre a ação concêntrica (agonista) e ação excêntrica (antagonista). Os traumas mais comuns representam de 10% a 55% de todas as lesões esportivas, e consistem principalmente de contusões, estiramentos, lacerações. **Objetivo:** Conhecer as possíveis causas e principais lesões musculoesqueléticas relacionadas ao esporte em acadêmicos que participaram das atléticas universitárias. **Métodos:** Trata-se de uma revisão bibliográfica descritiva sobre as principais lesões musculoesqueléticas relacionadas ao esporte em acadêmicos que participaram de atléticas universitárias. As bases de dados utilizadas foram: Google Acadêmico, Biblioteca Regional de Medicina (BIREME), *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) e *Public Medicine* (PubMed), utilizando os seguintes descritores: "Atletas Universitários"; "Lesões do Esporte"; "Universidades". **Resultados:** Os artigos analisados apresentam em comum uma alta prevalência de lesões osteomusculares entre atletas universitários, mesmo com a variedade de modalidades. Além disso, não se restringiram apenas à análise da prevalência das lesões musculoesqueléticas, mas ampliaram sua abordagem para incluir as possíveis causas dessas lesões, bem como os locais anatômicos mais frequentemente acometidos. Verificaram a maior prevalência de lesões em membros inferiores, sendo o ligamento cruzado anterior (LCA) a estrutura mais atingida, em ambas as modalidades. **Conclusão:** Pode-se concluir que as lesões musculoesqueléticas mais prevalentes são localizadas no joelho, especialmente aquelas envolvendo o LCA e em esportes que exigem mudanças bruscas de direção, saltos e contato físico.

Palavras-chave: Atletas Universitários; Lesões do Esporte; Universidades.

Abstract

Introduction: University academic athletic associations (AAAs) are entities whose main objective is to promote and coordinate sports practices within the university environment. Muscle injuries often occur when there is an imbalance between concentric (agonist) and eccentric (antagonist) action. The most common traumas represent 10% to 55% of all sports injuries and consist mainly of bruises, strains, and lacerations. **Objective:** To identify the possible causes and main musculoskeletal injuries related to sports in students who participated in university athletics. **Methods:** This is a descriptive literature review on the main musculoskeletal injuries related to sports in students who participated in university athletics. The databases used were: Google Scholar, Regional Library of Medicine (BIREME), *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) and *Public Medicine* (PubMed), using the following descriptors: "College Athletes"; "Sports Injuries"; "Universities". **Results:** The articles analyzed have in common a high prevalence of musculoskeletal injuries among college athletes, despite the variety of sports. In addition, they were not restricted to analyzing the prevalence of musculoskeletal injuries, but expanded their approach to include the possible causes of these injuries, as well as the anatomical sites most frequently affected. They found a higher prevalence of injuries in the lower limbs, with the anterior cruciate ligament (ACL) being the most affected structure in both sports. **Conclusion:** It can be concluded that the most prevalent musculoskeletal injuries are located in the knee, especially those involving the ACL and in sports that require sudden changes of direction, jumps and physical contact.

Keywords: College Athletes; Sports Injuries; Universities.

Introdução

Resumo expandido

¹ Discente do Curso de Fisioterapia, Universidade Evangélica de Goiás – UniEVANGÉLICA, Anápolis, Goiás, Brasil.

² Docente do Curso de Fisioterapia, Universidade Evangélica de Goiás – UniEVANGÉLICA, Anápolis, Goiás, Brasil.

As associações acadêmicas atléticas, são entidades geridas e estruturadas pelos estudantes, que surgiram com o intuito de proporcionar maior visibilidade da prática de esportes entre os alunos das universidades.¹ Possuem como função conduzir a organização de forma democrática e promoção de competições esportivas, além de eventos que possam arrecadar dinheiro, não ficando apenas na área dos esportes.² Surgiram por volta do ano de 1990, quando começaram a acontecer os primeiros jogos universitários.³ As associações acadêmicas atléticas (AAA) universitárias são entidades que têm como um dos objetivos principais a função de promover e coordenar práticas esportivas no âmbito universitário.⁴

O esporte é um fenômeno sociocultural com diferentes formas de manifestação de acordo com o sentido e a modalidade da prática. O sentido se define pelo objetivo e significado que os participantes dão à atividade, diferencia-se em esporte de alto rendimento (profissional) e atividade de lazer (amador e heterogêneo).⁵ Há evidências sobre a importância da prática esportiva na formação e no desenvolvimento humano, destacando seus valores morais, psicológicos e sociais. O esporte, também, desempenha um papel fundamental na prevenção de doenças crônico-degenerativas, na promoção da coesão familiar e na redução de hábitos nocivos, como o uso de álcool, fumo, drogas e a marginalização.⁶

As lesões musculares ocorrem, frequentemente, quando existe um desequilíbrio entre a ação concêntrica (agonista) e ação excêntrica (antagonista).⁷ Os traumas mais comuns representam de 10% a 55% de todas as lesões esportivas, e consistem principalmente de contusões, estiramentos, lacerações.⁸ As causas são multifatoriais e há alguns fatores de risco, como idade, lesão muscular pregressa da mesma região, etnia, sobrecarga, desequilíbrio de forças e alteração na capacidade de alongamento do grupamento muscular em questão.⁹

Entre os fatores associados à presença de lesão quanto maior o tempo de prática e quanto mais cedo o atleta iniciou no respectivo esporte, maiores são as chances de apresentar um número maior de lesões.¹⁰ O excesso de repetição também é um fator associado. Aproximadamente 50% de todas as lesões esportivas sofridas por atletas jovens são diagnosticadas como lesões por excesso de repetição (dano microtraumático a um osso, músculo ou tendão que foi submetido a estresse repetitivo sem tempo suficiente para curar ou passar pelo processo reparador natural).¹¹

A identificação das lesões mais frequentes pode contribuir para o desenvolvimento de estratégias eficazes de reabilitação e prevenção no esporte, ampliando o conhecimento no contexto acadêmico. Portanto, este estudo teve como objetivo conhecer as possíveis causas e

principais lesões musculoesqueléticas relacionadas ao esporte em acadêmicos que participaram das atléticas universitárias.

Métodos

Esta pesquisa trata-se de uma revisão bibliográfica descritiva sobre as principais lesões musculoesqueléticas relacionadas ao esporte em acadêmicos que participaram de atléticas universitárias. As bases de dados utilizadas foram: Google Acadêmico, Biblioteca Regional de Medicina (BIREME), *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) e *Public Medicine* (PubMed), utilizando os seguintes descritores e operadores booleanos: "Atletas Universitários" OR "Jogadores" AND Faculdades"; OR "Centro Universitário" OR "Universidades" AND "Lesões" OR "Traumas".

Foram incluídos artigos na língua portuguesa e inglesa, publicados entre 2014 e 2025 e que abordassem o tema. Quanto aos critérios de exclusão, foram descartados artigos indisponíveis na íntegra, incompletos e de literatura cinzenta.

O processo de seleção dos artigos seguiu uma abordagem sequencial. Foi realizada a leitura dos títulos, quando considerados relevantes, procedeu-se à análise dos resumos. Se alinhado aos critérios estabelecidos para o estudo, o texto completo foi lido e avaliado. Por fim, determinou-se quais artigos seriam incluídos ou excluídos da pesquisa conforme a figura 1.

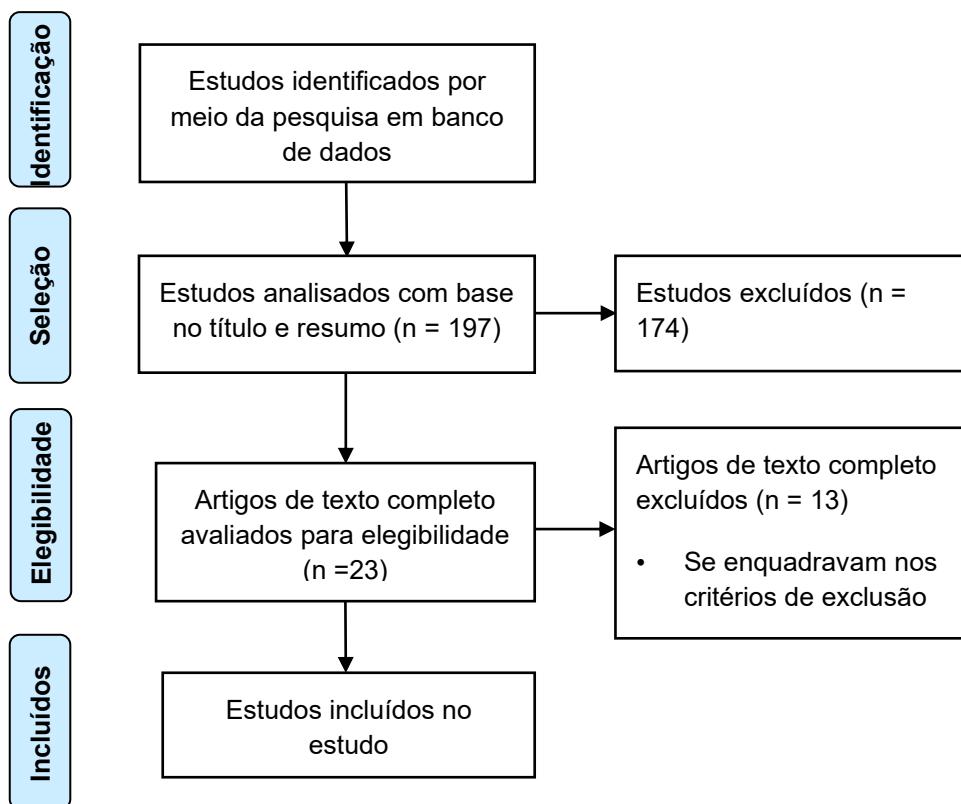


Figura 1 - Fluxograma PRISMA

Resultados

Dentre os artigos analisados, somente 10 artigos atenderam aos critérios e foram incluídos no estudo, conforme demonstra o quadro

Quadro 1 – Artigos Selecionados para a pesquisa bibliográfica.

Autor/ Ano/ Origem	Objetivos	Tipo de Estudo/ Amostra	Resultados	Conclusão
ROSA, et al., (2014). ⁽¹²⁾	Avaliar a incidência de lesões esportivas em atletas universitários de uma mesma instituição no período de 1993 a 2013.	Foram entrevistados atletas de 13 modalidades esportivas sobre presença e tipo de lesão, tipo de tratamento e tempo de afastamento, tendo como base o questionário <i>“Injury Surveillance System” (ISS)</i> . Também foi analisado o tempo de afastamento médio dos atletas, se retornaram à prática do esporte e se apresentaram novas lesões.	Foi observado que 49,91% dos atletas apresentou algum tipo de lesão, com incidência semelhante entre os sexos; as lesões mais frequentes foram as do ligamento cruzado anterior (LCA) e o entorse de tornozelo; o tempo de afastamento médio foi de 11 semanas. A lesão de maior impacto na carreira esportiva universitária foi a de LCA, principalmente em virtude do tempo de afastamento dos atletas.	A lesão mais frequente foi a do LCA, com maior de número de tratamentos cirúrgicos e maior tempo de afastamento, com incidência em esportes de quadra como handebol e vôlei em atletas amadores.
JORDÃO, (2014). ⁽¹³⁾	Estudar qual a prevalência das lesões meniscais e do LCA nos atletas do desporto universitário da Universidade da Beira Interior (UBI).	O grupo estudado foi composto por alunos da UBI, inscritos no desporto universitário nos anos letivos de 2010/2011, 2011/2012, 2012/2013. A coleta de dados foi efetuada através de um questionário online, anônimo, enviado por correio eletrônico pelo Setor de Desporto e Cultura dos Serviços de Ação Social da UBI para o grupo de alunos selecionados.	Foi calculada prevalência de lesões nos joelhos de 39,3%. A prevalência de lesões no LCA foi de 10,7 % e a de lesões meniscais de 12,9 %. Constatou-se que aproximadamente 27% dos atletas com lesões no LCA e 22% dos atletas com lesões meniscais foram submetidos a cirurgia como forma de tratamento. Aproximadamente 6,6 % dos atletas que lesionaram o menisco e o LCA apresentaram no pós- lesão uma diminuição subjetiva da capacidade física.	Existe uma prevalência elevada de lesões meniscais e do LCA na população de atletas do desporto universitário da UBI. É necessário implementar medidas de prevenção ao nível do treino dos atletas para que se possa reduzir o surgimento deste tipo de lesões.

BERNARDINO, (2015). ⁽¹⁴⁾	Caracterizar as lesões no futsal feminino universitário em Portugal de forma a criar estratégias preventivas para que se possa minimizar a incidência das mesmas.	Estudo observacional transversal, com aplicação de questionário às jogadoras de futsal feminino universitário na época 2014/2015. O questionário foi constituído por 17 questões de resposta aberta e fechada e avalia a prevalência e características das lesões nas jogadoras durante a referida época e anteriores.	Das respostas obtidas, 47,45% (n= 65) das jogadoras tiveram lesão. O local anatômico mais atingido é o Pé Tornozelo (34,8 %), e o tipo de diagnóstico mais prevalente é de lesão muscular (38,14%). Quanto ao gesto técnico e ao mecanismo de lesão, as respostas revelam que o movimento de torção/rotação (36,14%) é o grande causador de lesões e a maioria ocorrem por contato (40,44%).	Os resultados demonstraram que as lesões no futsal feminino são muito prevalentes nomeadamente no pé/tornozelo e joelho. Ressaltaram a necessidade de se desenvolverem programas de prevenção.
VARGAS; VARGAS; ZAREMBA, (2019). ⁽¹⁰⁾	Analizar a prevalência de lesões osteomusculares sofridas no esporte e a relação com fatores associados em atletas universitários.	A população foi composta por 529 atletas universitários ($23,3 \pm 3,1$ anos), sendo 242 homens e 287 mulheres, inscritos para competir nos Jogos Universitários Brasileiros (JUBs) de 2017, em Goiânia-GO. O levantamento das lesões osteomusculares ocorridas nos últimos 12 meses foi feito por meio do Questionário de Lesão no Esporte (LAPREV/UFMG). A avaliação dos fatores associados, como a síndrome de <i>Overtraining</i> e variáveis sociodemográficas, foi realizada com o Questionário de Sintomas Clínicos do <i>Overtraining</i> (Sociedade Francesa de Medicina do Esporte, versão brasileira) e um questionário próprio, respectivamente.	Entre os atletas universitários houve uma alta prevalência de lesões osteomusculares sofridas nos últimos 12 meses (59,5%), tendo como destaque entre as modalidades individuais o Judô (84,4%) e Taekwondo (83,3%) e entre as modalidades coletivas o Basquetebol (68,3%) e Futsal (62,5%). Entre outros aspectos relacionados a incidência, percepção de dor e circunstância, a prevalência de lesões osteomusculares alcançou a taxa de 47%. As regiões do tornozelo (35%) e joelho (18%) foram os locais com maior prevalência de lesão, o que corrobora com o presente estudo e outros.	Afirma-se que, embora a especialização esportiva precoce esteja associada a oportunidade de atingir um nível alto de habilidade esportiva quando adulto, ela também foi associada ao aumento da taxa de lesões por movimentos excessivos no esporte ao longo dos anos.
TAVARES, et al., (2019). ⁽¹⁵⁾	Verificar o histórico de lesões e variáveis associadas em atletas universitárias de futsal e futebol feminino.	A amostra foi composta por 46 atletas universitárias do sexo feminino ($22,2 \pm 3,19$ anos; $59,45 \pm 7,81$ kg; $1,71 \pm 0,24$ m; $21,68 \pm 8,08$ kg/m ² ; $63,3 \pm 42,4$ meses de prática) alocadas em três grupos de acordo com a modalidade praticada: futsal	Houve um alto índice de lesão (97,8%). As atletas que praticavam futebol e futsal apresentaram maior número de lesões no tornozelo, lesões musculares e lesões totais ($p=0,03$) comparado as atletas que praticavam apenas uma das modalidades. Não houve diferença no	Concluíram que há um alto índice de lesão em atletas do futebol e futsal feminino, particularmente para atletas que praticam as duas modalidades, independentemente da posição de jogo. Tais lesões são

		<p>(n = 14), futebol (n = 14) e futsal e futebol (n = 18). As atletas foram submetidas a uma avaliação antropométrica, responderam um questionário a respeito do tempo de prática, modalidade, volume de treino por semana e a posição de jogo, e em seguida foram entrevistadas sobre o histórico de lesões.</p>	<p>número de lesões em função da posição de jogo ($p>0,25$). Adicionalmente, houve uma correlação positiva entre o número de lesões e a massa corporal ($r=0,42$; $p=0,004$), índice de massa corporal ($r=0,75$; $p=0,001$) e o tempo de prática da modalidade ($r=0,54$; $p=0,001$).</p>	<p>positivamente correlacionadas à massa corporal, índice de massa corporal e tempo de prática das modalidades.</p>
AGUIAR, (2021). ⁽¹⁶⁾	Comparar a incidência de lesões musculoesqueléticas entre atletas universitários de esportes coletivos e individuais durante período competitivo; descrever o tipo de lesão e o local anatômico mais acometidos e a conduta fisioterapêutica mais utilizada no atendimento imediato de atletas universitários durante período competitivo.	<p>A amostra foi obtida por conveniência, com atletas universitários do sexo masculino e feminino, participantes do campeonato Inter UFMG, realizado entre abril e junho de 2019. No total, foram realizados 112 registros de atendimentos por profissionais diferentes, organizados de acordo com uma escala. Os atletas puderam ser atendidos em mais de uma ocasião, sendo considerados, portanto, dois ou mais registros. Foi aplicado o teste de <i>Kolmogorov-Smirnov</i> e o teste de <i>Wilcoxon</i>. O nível de significância utilizado foi de $p\leq 0,05$ e o software utilizado para a análise foi o SPSS versão 20.0.</p>	<p>Os resultados obtidos indicam maior incidência de lesões nos esportes coletivos quando comparados aos individuais ($p = 0,001$) e a dor como queixa mais frequente entre os atletas (41% nas modalidades coletivas e 47,5% nas individuais). Os membros inferiores foram os locais mais acometidos (47% nas coletivas e 53,4% nas individuais) e a liberação miofascial a conduta mais aplicada para resolução das queixas (37,5% nas coletivas e 44,9% nas individuais).</p>	<p>O esporte universitário, ainda pouco estudado no Brasil, apresenta risco de lesão considerável para seus praticantes. O maior número de queixas em ambas as modalidades foi observado nos MMII, sendo que a dor foi a queixa mais frequente entre os atletas universitários. A liberação miofascial foi a conduta fisioterapêutica mais utilizada após avaliação realizada pelos fisioterapeutas responsáveis.</p>
GAIA et al., (2023). ⁽¹⁷⁾	Identificar as tendências sociodemográficas e de casos de lesões ocorridas durante a fase classificatória da Superliga Universitária no Polo 1.	<p>Trata-se de uma pesquisa quantitativo-descritiva, com uso de instrumentos pré-estabelecidos: Questionário Socioeconômico (adaptado do Vigitel) e Autopercepção de Saúde, para identificação do sexo, esporte praticado e lesão ocorrida durante a prática esportiva. A amostra foi composta por 104 registros de</p>	<p>A prevalência de lesões na pesquisa foi de 59,6%, havendo maior acometimento entre os homens. O futsal apresentou maior taxa de lesões, e a corrida foi o esporte com menor índice de lesões. Entre os atletas lesionados, notou-se uma alta carga de treinos, em que 71,0% treinavam até 6h semanais. A região do corpo mais acometida foi o tornozelo, com</p>	<p>A pesquisa evidencia fatores relacionados às tendências de causas de lesões entre atletas de jogos universitários. Observou-se que as diferenças entre atletas mulheres e homens têm origem em questões estruturais da educação brasileira, sendo o atleta masculino a maioria. O futsal foi</p>

		<p>atletas da Superliga Universitária, que preencheram o questionário durante as inscrições. Houve predomínio do sexo masculino (67 atletas) em relação ao feminino (37 atletas), com média de idade de 22,5 anos para ambos os sexos.</p>	<p>prevalência de 38,7%, os joelhos em segundo, com 25,8% dos registros.</p>	<p>o esporte que registrou o maior número de lesões entre os esportes analisados.</p>
OLIVEIRA, et al., (2023). ⁽¹⁸⁾	Análise sobre a epidemiologia das lesões esportivas em um único centro.	<p>Através de dois questionários aplicados pelos autores via <i>Google Forms</i>, foram entrevistados 262 atletas de 10 modalidades esportivas. De forma retrospectiva, investigaram-se as lesões sofridas durante a trajetória universitária, e, prospectivamente, as lesões ocorridas ao longo de uma temporada. A caracterização das lesões incluiu informações sobre local, tipo, época do ano, mecanismo e momento da ocorrência durante treino ou jogo.</p>	<p>A incidência de lesões foi maior em homens (81,5%) do que em mulheres (67,8%). As lesões de membros inferiores foram as mais frequentes tanto no histórico universitário, quanto na temporada. O esporte com maior índice de lesão na temporada foi o handebol (34,2%) e no histórico universitário foi o basquete (80,8%). O principal mecanismo de lesão foi sem contato. Os diagnósticos mais frequentes são as lesões ligamentares, seguidas por fraturas.</p>	<p>Os atletas universitários deste centro estão mais suscetíveis a sofrer lesões durante os primeiros meses da temporada, especialmente em esportes de contato e maior incidência nos membros inferiores.</p>
MONTE; ROCHA; SANTOS, (2024). ⁽¹⁹⁾	Coletar dados epidemiológicos relacionados às lesões dos atletas de esporte de quadra (Handebol, Basquetebol, Voleibol e Futsal) de uma associação atlética do curso de Medicina em uma Instituição de Ensino Superior de Teresina-PI.	<p>Trata-se de um estudo transversal descritivo com abordagem quantitativa. A população foi composta por 138 alunos de Medicina praticantes de esportes de quadra (basquete, futsal, handebol e vôlei) por meio da atlética do curso em uma Instituição de Ensino Superior de Teresina-PI, resultando em uma amostra de 104 alunos. A avaliação foi realizada por meio de um questionário elaborado pelos autores no <i>Google Forms</i>, contendo 24 questões abertas, fechadas e mistas.</p>	<p>A porcentagem de homens e mulheres lesionados é semelhante, com 42,85% e 48,38%, respectivamente. A entorse de tornozelo foi a lesão mais comum, representando 19,68% das lesões, principalmente em esportes de quadra. O handebol apresentou a maior prevalência de atletas lesionados (81,25%), seguido por basquete (52,63%), futsal (50%) e vôlei (42,85%).</p>	<p>O estudo destaca que a entorse de tornozelo é a lesão mais comum em esportes de quadra, sendo o handebol o esporte com maior número de lesões e de atletas lesionados. Observou-se uma ligeira maior proporção de lesões em mulheres em comparação aos homens. As lesões ocorrem com maior frequência durante amistosos, e o tempo de recuperação, na maioria dos casos, é de até seis meses. Cerca de um terço dos atletas reduz o interesse ou se afasta dos esportes após a</p>

				lesão, mesmo depois da recuperação.
BRITO, et al., (2024). ⁽²⁰⁾	Análise de interesses e conhecimentos dos alunos universitários sobre as principais lesões nos esportes coletivos.	Trata-se de uma pesquisa de análise descritiva, quantitativa de caráter transversal e como forma de coleta foi utilizado um questionário estruturado criado no <i>Google Forms</i> com 7 perguntas e 3 delas específicas. A pesquisa foi direcionada para alunos da Universidade federal do Rio Grande do Norte (UFRN), UFP (Universidade Potiguar) e Universidade Estadual do Ceará (UECE) de cursos distintos, totalizando assim 41 alunos/participantes de diversas idades e ambos os sexos.	Como resultado foi concluído 61% dos alunos sofreram lesões que atrapalharam nos seus desempenhos esportivos. Foram analisados os principais tipos de lesões recorrentes nos atletas universitários, onde a maioria deles ocorreram nas articulações dos joelhos e tornozelos, nas práticas coletivas de handebol, basquete e voleibol, pois exigem dos praticantes muitos saltos e mudanças rápidas de direções durante os jogos.	Conclui-se que as lesões de joelho e tornozelos são hegemônicas entre os universitários entrevistados ao qual praticam os esportes coletivos em questão. Esses resultados são importantes para referenciar a área de atuação e medidas a serem tomadas preventivamente.

Legenda: LCA – Ligamento cruzado anterior, UFMG – Universidade Federal de Minas Gerais, MMII – Membros inferiores.

Os artigos analisados apresentam em comum a identificação de uma alta prevalência de lesões osteomusculares entre atletas universitários, mesmo com a variedade de modalidades. Jordão¹³ e Aguiar¹⁶, pesquisaram de forma geral todos os esportes praticados nas atléticas universitárias, enquanto os demais se restringiram a modalidades específicas, como Vargas, et al.¹⁰ judô, taekwondo, basquete e futsal; Rosa, et al.¹² handebol e vôlei; Bernardino¹⁴ e Tavares, et al.¹⁵ sobre futsal e futebol; Gaia, et al.¹⁷ futsal e corrida; Oliveira, et al.¹⁸ handebol e basquete; Monte, et al.¹⁹ handebol, basquete, futsal e vôlei; Brito, et al.²⁰ handebol, basquete e vôlei.

No entanto, os estudos se diferem em relação ao foco abordado, uma vez que alguns se dedicam a investigar as causas das lesões (10, 15, 17), enquanto outros concentram-se na identificação das regiões anatômicas mais acometidas (14, 16, 19 e 20). Além disso, há aqueles que priorizam a análise da prevalência das lesões entre os atletas universitários (12, 13 e 18).

Discussão

Verificou-se que os artigos apresentados não se restringiram apenas à análise da prevalência das lesões musculoesqueléticas, mas ampliaram sua abordagem para incluir as possíveis causas dessas lesões, bem como os locais anatômicos mais frequentemente acometidos.

Para Vargas, et al.¹⁰, Tavares, et al.¹⁵ e Gaia, et al.¹⁷ as principais causas de lesões em atletas de ligas acadêmicas são a grande carga de treino semanal, o tipo de modalidade esportiva praticada e a massa corporal. Pesquisas na área reforçam e acrescentam como demonstrado por Liebert²¹ que o esforço excessivo associado a técnicas incorretas, sobre peso e recuperação inadequada, coloca os atletas em risco de lesões, Mann, et al.²² também relata em sua pesquisa que os esportes coletivos são capazes de ocasionar lesões devido a colisões de corpos e que o impacto com o solo também é um fator de risco, e Cardoso²³ refere que o joelho é a principal articulação afetada pelo sobre peso que suporta grande parte do peso corporal na maior parte do tempo e essa carga aumenta o stress sob a cartilagem, ligamentos, meniscos e ossos.

Para Yde e Nielsen²⁴ a região mais acometida por lesões musculoesqueléticas no esporte são o tornozelo, seguida de perna e coxa, pois utiliza corridas, caminhadas, saltos e uma maior demanda das extremidades inferiores no esporte. Para Almeida et al.²⁵, os locais corpóreos mais acometidos por lesões no esporte são coxas e joelho. No entanto, outro estudo feito por Lindenfeld et al.²⁶, constatou que os locais anatômicos em que mais ocorreram lesões foram tornozelo e joelho, consistente com os estudos analisados (14, 16, 19, 20), que verificaram a maior prevalência de lesões em membros inferiores em ambas as modalidades.

Rosa et al.¹² e Jordão¹³ evidenciaram as lesões musculoesqueléticas mais frequentes nas atléticas universitárias, sendo a do ligamento cruzado anterior (LCA) a mais prevalente. Corroborando com a literatura, Silva et al.²⁷ respalda ao dizer que em atletas, a estrutura mais atingida é o LCA, que, de modo geral, necessita de intervenção cirúrgica e consiste em uma maior demora para a volta do jogador nas partidas e que é frequente que essas lesões aconteçam de forma mútua com a lesão do menisco. Analisando as lesões no joelho em diversas modalidades esportivas Silva et al.²⁸, observou que o tempo de prática necessário para que ocorram lesões no LCA é menor do que para lesões em outras partes do joelho. Dorta²⁹ aborda que as razões elementares de lesões no LCA são: por pressão, reassumir a firmeza depois do chute, pousar depois de cabecear e contato direto com perna ou joelho lesionado.

Em consonância com os autores acima, Oliveira et al.¹⁸ abordou em seu estudo 10 modalidades esportivas, no qual caracterizou informações das lesões incluindo local, tipo, época do ano, mecanismo e momento da ocorrência durante treino ou jogo, chegando à conclusão de que as lesões de membros inferiores foram as mais frequentes tanto no histórico universitário, quanto em temporadas. O esporte com maior índice de lesão na temporada foi o handebol e no histórico universitário foi o basquete. O principal mecanismo de lesão foi sem contato e os diagnósticos mais frequentes são as lesões ligamentares, seguidas por fraturas.

Este estudo contribui para o avanço do conhecimento na área desportiva ao reunir e sintetizar estudos recentes, oferecendo uma atualização valiosa sobre a prevalência de lesões mais comuns entre os atletas universitários, além de apresentar as causas e as principais regiões anatômicas mais afetadas. O artigo também abrange diferentes modalidades esportivas que podem estabelecer alicerces para desenvolvimento de novos estudos, como métodos de reabilitação eficazes.

Uma das principais limitações refere-se à ausência de artigos que contemplassem lesões em mais de uma modalidade esportiva e a dependência de estudos disponíveis na literatura, que podem ser influenciados por vieses de publicação, como a predominância de estudos com resultados positivos. Essas limitações, no entanto, não diminuem a relevância do estudo, mas destacam áreas para futuras pesquisas e aprimoramento do conhecimento na área, como a implementação de estudos com amostras maiores e mais diversificadas, proporcionando dados mais robustos e representativos e permitindo uma análise comparativa entre diferentes modalidades esportivas e faixas etárias. Dessa forma, as lesões musculoesqueléticas em atletas universitários continua sendo um campo fértil para futuras investigações, com o potencial de contribuir significativamente para a melhoria da saúde e da performance esportiva desses atletas.

Conclusão

Diante dos resultados apresentados, pode-se concluir que as lesões musculoesqueléticas mais prevalentes são localizadas no joelho, especialmente aquelas envolvendo o LCA, são as mais frequentes nesse contexto, conforme destacado por diversos autores especialmente em esportes que exigem mudanças bruscas de direção, saltos e contato físico. Fatores como sobrecarga de treinos, técnica inadequada, excesso de esforço, sobrepeso e recuperação insuficiente também foram apontados no estudo como causas determinantes para o surgimento dessas lesões, reforçando a necessidade de um planejamento adequado de treinos e acompanhamento fisioterapêutico.

No que diz respeito à localização das lesões, apesar de variações nos estudos, há consenso quanto à predominância de lesões nos membros inferiores, especialmente no joelho, coxa, tornozelo e perna, refletindo a alta demanda biomecânica imposta a essas regiões nas práticas esportivas mais comuns nas atléticas. Portanto, os resultados deste trabalho reforçam a importância da implementação de estratégias de prevenção, como programas de fortalecimento muscular, correção de técnicas esportivas e controle da carga de treino, visando à redução da incidência de lesões e à promoção da saúde e desempenho dos atletas universitários.

Referências

- ¹MALAGUTTI, João; ROJO, Jeferson; STAREPRAVO, Fernando. O esporte universitário brasileiro: organizações oficiais e as associações atléticas acadêmicas. **Research, society and development**, v. 9, n. 8, p. e32985325-e32985325, 2020.
- ²RIBEIRO, Kaliane; MENEZES, Ana. As relações de liderança nas Atléticas de Educação Física de Minas Gerais. 2022.
- ³UMAIS. Atlética universitária: guia completo para entender seu funcionamento. **Umais**, 2020. Disponível em:[45](https://blog.umaistech.com.br/atlética/#:~:text=O%20surgimento%20das%20atl%C3%A9ticas&text=Em%201910%20elas%20deram%20os,e%20as%20institui%C3%A7%C3%A7%C5%85es%20de%20ensino. Acesso em: 20 nov. 2023.</p><p>⁴AGUIAR, Eloah; SANTOS, Wesley. Percepção de membros de associações atléticas acadêmicas universitárias em relação ao planejamento e controle gerencial. PODIUM Sport, Leisure and Tourism Review, v. 8, n. 3, p. 278-291, 2019.</p><p>⁵MARQUES, Renato; et al. Esporte: um fenômeno heterogêneo: estudo sobre o esporte e suas manifestações na sociedade contemporânea. Movimento, v. 13, n. 3, p. 225-242, 2007.</p><p>⁶CORTÈS, Ewerton; et al. Elaboração de indicadores de sucesso em programas de saúde pública com foco sócio-esportivo. Revista de Salud Pública, v. 12, p. 208-219, 2010.</p></div><div data-bbox=)

- ⁷SARGENTIM, Sandro. Treinamento de Força no Futebol. **São Paulo: Phorte**, v. 120, 2010.
- ⁸JÄRVINEN, Tero; et al. Muscle injuries: optimising recovery. **Best practice & research Clinical rheumatology**, v. 21, n. 2, p. 317-331, 2007.
- ⁹OPAR, David; WILLIAMS, Morgan; SHIELD, Anthony. Hamstring strain injuries:factors that lead to injury and re-injury. **Sports medicine**, v. 42, p. 209-226, 2012.
- ¹⁰VARGAS, Leandro; VARGAS, Thaiane; ZAREMBA, Carlos. Prevalência de lesões osteomusculares e fatores associados em atletas participantes dos Jogos Universitários Brasileiros 2017. **RBPTEX-Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, v. 13, n. 82, p. 329-342, 2019.
- ¹¹BRENNER, Joel. Sports Specialization and intensive training in young athletes. **Pediatrics**, v. 138, n. 3, 2016.
- ¹²ROSA, Bruno; et al. EPIDEMIOLOGIA DAS LESÕES ESPORTIVAS DOS ATLETAS AMADORES UNIVERSITÁRIOS DE UM ÚNICO CENTRO. **Acta Ortopédica Brasileira**, v. 22, n. 6, p. 321-324, 2014.
- ¹³JORDÃO, André. **Lesões Meniscais e do Ligamento Cruzado Anterior em praticantes de desporto universitário na UBI: Estudo Epidemiológico**. Dissertação de Mestrado. Universidade da Beira Interior (Portugal), 2014.
- ¹⁴BERNARDINO, Ângela. **Lesões desportivas no futsal feminino universitário**. Dissertação de Mestrado. Instituto Politecnico de Leiria (Portugal), 2015.
- ¹⁵TAVARES, Marília; et al. Número de lesões e variáveis associadas em atletas universitárias de futsal e futebol feminino. **RBPTEX-Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, v. 13, n. 83, p. 531-539, 2019.
- ¹⁶AGUIAR, Ellen. Incidência de lesões musculoesqueléticas em atletas universitários de esportes coletivos e individuais durante período competitivo, 2021.
- ¹⁷GAIA, Vinicius; et al. ESPORTE UNIVERSITÁRIO NA AMAZÔNIA: LESÕES EM ATLETAS DA SUPER LIGA EM BELÉM/PA. **Revista CPAQV–Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida| Vol**, v. 15, n. 1, p. 2, 2023.
- ¹⁸OLIVEIRA, Diego; et al. PERFIL EPIDEMIOLÓGICO DE ATLETAS AMADORES EM FACULDADE DE MEDICINA DA CIDADE DE SÃO PAULO. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 29, p. e2021_0383, 2022.
- ¹⁹MONTE, Bruno; ROCHA, Gustavo; SANTOS, Sheylla. Perfil epidemiológico das lesões ortopédicas entre atletas de esportes de quadra de uma atlética de medicina em Teresina-PI. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 7, n. 2, p. e67814-e67814, 2024.
- ²⁰BRITO, Ithalo; et al. Atletas universitários: principais lesões nos esportes coletivos; estratégias de prevenção. **Studies in Education Sciences**, v. 5, n. 3, p. e6741-e6741, 2024.
- ²¹LIEBERT, Paul. Considerações gerais sobre lesões provocadas por esportes. Manual MSD Versão Saúde para a Família, 2019. Disponível em:
<https://www.msmanuals.com/pt/casa/les%C3%B5es-e-envenenamentos/les%C3%B5es->

provocadas-por-esportes/considera%C3%A7%C3%B5es-gerais-sobre-les%C3%B5es- provocadas-por-esportes>. Acesso em: 28 abr. 2025.

²²MANN, Luana; et al. Modalidades esportivas: impacto, lesões e a força de reação do solo. **Journal of Physical Education. Maringá**, v. 21, n. 3, p. 553-562, 2010.

²³CARDOSO, Davi. DOR E/OU LESÃO NO JOELHO DECORRENTE DO SOBREPESO EM PACIENTES OCIOSOS: REVISÃO DE LITERATURA. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 7, n. 6, p. 725-734, 2021.

²⁴YDE, J.; NIELSEN, A. B. Sports injuries in adolescents' ball games: soccer, handball and basketball. **British journal of sports medicine**, v. 24, n. 1, p. 51-54, 1990.

²⁵ALMEIDA, Pedro; et al. Incidência de lesão musculoesquelética em jogadores de futebol. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 19, p. 112-115, 2013.

²⁶LINDENFELD, Thomas; et al. Incidence of injury in indoor soccer. **The American journal of sports medicine**, v. 22, n. 3, p. 364-371, 1994.

²⁷SILVA, Thaynara; et al. Atuação Fisioterapêutica no Tratamento de Lesão do Ligamento Cruzado Anterior em Atletas de Futebol. **Epitaya E-books**, v. 1, n. 20, p. 176-214, 2022.

²⁸SILVA, Tainara; SILVEIRA, Tais; FORTINO, Evandro. Atuação do fisioterapeuta com jogadores que tiveram lesões no ligamento cruzado anterior. **Revista Perspectiva: ciência e saúde**, v.5, n.3 p.96-104, 2020.

²⁹DORTA, Haron. A Atuação da Hidroterapia na Lesão do Ligamento Cruzado Anterior (LCA). **Revista Brazilian Journal of Health**, São Paulo, v.2, n.3, p. 151-156, 2013.