Praticantes de futebol feminino – avaliação postural de jovens jogadoras

2019 VI ENCONTRO DE JOVENS INVESTIGADORES

Matilde Cristina Poça[1]; André Novo[2]; Leonel Preto[2]; Eugénia Mendes[2]*
1Unidade Local de Saúde do Nordeste, Portugal; 2Instituto Politécnico de Bragança

*maria.mendes@ipb.pt

Resumo

O futebol é o desporto mais praticada em todo o mundo. Dada a existência de contato físico, movimentos rápidos e agressivos e a alta probabilidade de lesões, este desporto constituiu uma importante área de atuação para a Enfermagem de Reabilitação.
A importância da correta postura corporal associada à prática deste desporto foram o ponto de partida da presente investigação.

Objetivos

Pesquisar associação entre a postura corporal de atletas de futebol feminino e seus hábitos de vida, variáveis sociodemográficas e antropométricas.

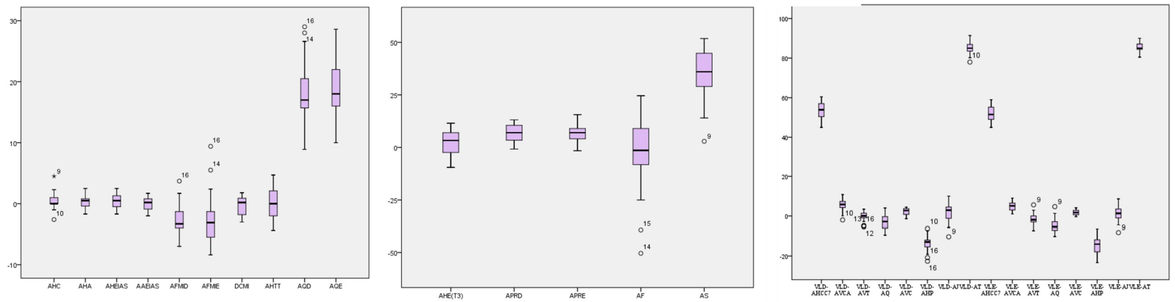
Metodologia

Estudo observacional que integrou, por amostragem de conveniência, 25 praticantes de futebol feminino entre os 7 e os 19 anos de idade, as quais pertenciam a um clube de futebol regional.
A avaliação postural foi feita através de fotogametria e recorrendo ao Teste de Adams.
Foi aplicado questionário sociodemográfico e clínico. A avaliação por fotogrametria fez-se recorrendo ao programa de avaliação postural SAPO, através de fotografias nas quais se procedeu à marcação de pontos conforme o protocolo de análise.

Tabela 1- Relação entre Teste de Adms e outras variáveis

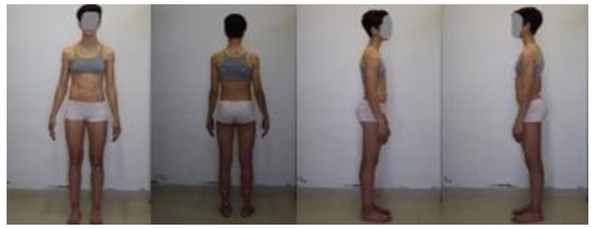
	Teste de Adams	N	Estatística de Teste
Idade	Positivo	6	p=0,058
	Negativo	19	
IMC	Positivo	6	p=0,669
	Negativo	19	
IMG	Positivo	6	p=0,271
	Negativo	19	
Como transporta o seu material da escola?	Positivo	6	p=0,574
	Negativo	19	
Como transporta o saco com equipamento de treino?	Positivo	6	p=0,281
	Negativo	19	
Participa no desporto escola?	Positivo	6	p=0,878
	Negativo	19	
Há quanto tempo joga futebol?	Positivo	6	p=0,522
	Negativo	19	
Quanto tempo passa diariamente sentado em frente ao computador?	Positivo	6	p=0,050
	Negativo	19	
Quanto tempo passa diariamente em frente à televisão?	Positivo	6	p=0,160
	Negativo	19	
Que tipo de calçado usa habitualmente?	Positivo	6	p=0,574
	Negativo	19	

Gráfico 2- Boxplots obtidos para a vista anterior, posterior e laterais



Resultados

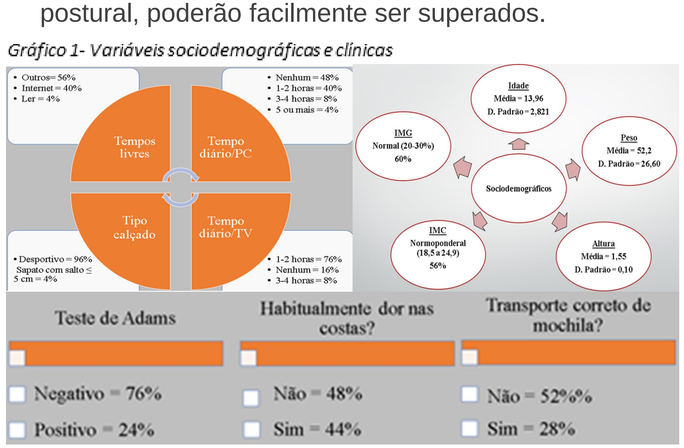
- A idade média das atletas rondou os 14 anos, apresentando um IMC normoponderal 56%. A grande maioria costuma usar calçado desportivo (96%) e apenas 48% não passa uma ou mais horas frente ao computador.
- A dor nas costas habitualmente sentida foi referida por 44% das participantes e o correto transporte da mochila apoiada nos 2 ombros é feito apenas por 28%. O teste da Adams foi positivo em 9 atletas. (gráfico 1).
- Da análise das vistas laterais direita e esquerda, verificou-se que o alinhamento vertical da cabeça em relação ao acrómio se mostrou ligeiramente anteriorizado, o alinhamento vertical do tronco sugere uma diminuição ou retificação da cifose torácica e o alinhamento horizontal da pelve sugere anteversão pélvica.
- O teste de Adams associou-se com a dor nas costas, idade e o tempo passado diariamente ao computador. (Tabela 1).
- A avaliação postural por fotogrametria revelou, na vista anterior uma tendência de desvio da cabeça para a direita, e uma tendência de elevação predominantemente do ombro esquerdo.



Conclusão

A amostra estudada apresenta resultados positivos em termos posturais, o que poderá dever-se à prática de atividade física desde idades precoces. De facto, os resultados do Teste de Adams indicam a não existência de gibosidades e escoliose e embora o software SAPO indique algumas alterações na avaliação postural, são alterações que com ensinos, programas de reabilitação ou de reeducação postural, poderão facilmente ser superados.

Gráfico 1- Variáveis sociodemográficas e clínicas



Bibliografia

BARRETO, António (1995). Portugal na Periferia do Centro: Mudança Social, 1960-1995. Revista Análise Forte, P. (2014). Alterações Posturais em Futebolistas. Dissertação de Mestrado. Instituto Politécnico de Bragança, Bragança.
Glaner, M. F.; Mota, Y. L.; Viana, A. C. R & Santos, M. C. (2012). Fotogrametria: Fidedignidade e falta de objetividade na avaliação postural. Motricidade, vol. 8, n. 1, pp. 78-85.
Grimmer, K., Williams, M. & Gill, T. (1999). The associations between adolescent head-on-neck posture, backpack weight, and anthropometric features. Spine, v.24, n.21, 2262-2267.