

INDICE DE LESÕES EM ATLETAS DE ALTO RENDIMENTO NO JIU- JÍTSU

Débora Guidetti Bárbara
Rachel Camargo
Daiane Novakoski de Carvalho
Jean Cesar Machado
Phabricio Zimmerhansl Nedelciu

Resumo

O Jiu-Jitsu é uma arte marcial que foi introduzida no Brasil na época da primeira Guerra Mundial e atualmente, percebe-se que esta modalidade está sendo muito praticada como esporte e saúde. O objetivo principal do Jiu-Jitsu é fundamentalmente vencer o oponente colocando-o em riscos de lesões, forçando-o à desistência ou então o deixando fora de ação, levando-o à inconsciência. Por ser um esporte de contato, os praticantes de Jiu-Jitsu estão susceptíveis a lesões musculares e articulares devido às imobilizações e quedas que estes podem sofrer durante a prática esportiva. O objetivo geral deste trabalho foi verificar o índice de lesões em atletas de alto rendimento praticantes de Jiu-Jitsu. Foi realizada uma avaliação fisioterapêutica nos atletas que participaram do Grupo de Estudo em Lutas no ano de 2015, onde nesta continha dados antropométricos, histórico de lesões, escala visual analógica da dor e mapa corporal. Foram avaliados 14 atletas, sendo 13 do sexo masculino e 1 do sexo feminino. A média de idade foi de 25,14 anos, média de peso corporal de 67,9 kg e altura média de 1,60 cm. Cerca de 7,14% dos atletas apresentaram lesões de costelas e mãos, 14,28% apresentaram lesão de cotovelo e coluna lombar, 21,42% com lesões de joelho e tornozelo e 35,71% dos atletas não relataram lesões. Conclusão: Pode-se observar neste estudo que as articulações mais acometidas por lesões no Jiu-Jitsu foram joelho e tornozelo, seguidas de cotovelo e coluna lombar.

Palavras-chave: fisioterapia; ferimentos e lesões; traumatismos em atletas.