



IV CONGRESSO NACIONAL DO JUDO



LESÕES DESPORTIVAS EM JOVENS ATLETAS DE JUDO DE ALTO NÍVEL COMPETITIVO



FACULDADE DE MEDICINA DA
UNIVERSIDADE DE COIMBRA



FEDERAÇÃO PORTUGUESA
DE JUDO

COIMBRA
28 OUTUBRO 2017

Marcos Carvalho
marcosfernandescarvalho@gmail.com

LESÕES DESPORTIVAS EM JOVENS ATLETAS DE JUDO DE ALTO NÍVEL COMPETITIVO



INTRODUÇÃO

- ❑ DESPORTO DE COMBATE
- ❑ ELEVADA OCORRÊNCIA DE LESÕES^{1,2}
- ❑ INÍCIO DA PRÁTICA DA MODALIDADE EM IDADE JOVEM
- ❑ PADRÕES LESIONAIS DE GRAVIDADE CUMULATIVA



1 - Medeiros D, Silva F. Estudo da Prevalência de Lesões no Aparelho Locomotor em Praticantes de Judô. Belém: Universidade da Amazônia; 2008

2 - Carazzato J, Rossi J, Fonseca B, Freitas H. Equipe Médica do Comitê Olímpico Brasileiro: Atendimento médico desportivo Jogos Pan-Americanos - Mar de Plata -1995. Rev Bras Med Esporte. 1995;69-79

LESÕES DESPORTIVAS EM JOVENS ATLETAS DE JUDO DE ALTO NÍVEL COMPETITIVO



LESÕES DESPORTIVAS EM JOVENS ATLETAS DE JUDO DE ALTO NÍVEL COMPETITIVO



OBJETIVO

IDENTIFICAR O PERFIL EPIDEMIOLÓGICO LESIONAL DE UMA POPULAÇÃO NACIONAL E INTERNACIONAL DE JOVENS JUDOCAS DE ALTO NÍVEL COMPETITIVO

- Caracterizar a natureza, o tipo e mecanismo de lesão envolvidos na prática do judo
- Analisar os padrões de lesão, terapêutica, reabilitação funcional e consequências a curto e médio prazo
- Identificar fatores de risco de lesão no judo
- Determinar princípios orientadores na prevenção de lesão

LESÕES DESPORTIVAS EM JOVENS ATLETAS DE JUDO DE ALTO NÍVEL COMPETITIVO



MATERIAL E MÉTODOS

ESTUDO RETROSPETIVO, EPIDEMIOLÓGICO, PREVALÊNCIA, NÍVEL IV EVIDÊNCIA

JUDOCAS - ESCALÃO CADETE OU JUNIOR

PRESENÇA EM COMPETIÇÕES INTERNACIONAIS [2014]

ASSINATURA DO FORMULÁRIO DE INFORMAÇÃO E CONSENTIMENTO INFORMADO

PREENCHIMENTO QUESTIONÁRIO - ACOMPANHAMENTO MÉDICO

ANÁLISE ESTATÍSTICA - *SPSS STATISTICS 21.0®* ($P < 0,05$).

LESÕES DESPORTIVAS EM JOVENS ATLETAS DE JUDO DE ALTO NÍVEL COMPETITIVO



QUESTIONÁRIO

Nome: _____ Clube: _____

1 – IDADE: ____	7 – NÍVEL COMPETITIVO: NENHUM __ REGIONAL __ NACIONAL __ INTERNACIONAL __
2 – SEXO: M __ F __	8 – GRADUAÇÃO: _____
3 – ESCALÃO: CADETE __ JUNIOR __	9 – MEMBRO DOMINANTE: DIREITO __ ESQUERDO __
4 – CATEGORIA DE PESO: ____Kg	
5 – PESO HABITUAL: ____Kg	
6 – ALTURA: __, __, __m	

10 – TEMPO DE PRÁTICA (ANOS): <1A __ 1-2A __ 2-3A __ 3-5A __ >5A __; QUANTOS ____	13 – AQUECIMENTO ANTES DO TREINO: NÃO __ SIM __; TEMPO ____
11 – Nº TREINOS JUDO/ SEMANA: 1 __ 2 __ 3 __ 4 __ 5 __ >5 __; QUANTOS ____	14 – ALONGAMENTOS APÓS O TREINO: NÃO __ SIM __; TEMPO ____
12 – CARGA HORÁRIA / DIA: 1 __ 2 __ 3 __ 4 __ >4 __	15 – TREINOS GINÁSIO/ SEMANA: NÃO __ SIM __; QUANTOS ____
	16 – JÁ TEVE ALGUMA LESÃO DECORRENTE DA PRÁTICA DE JUDO: SIM __ → QUANTAS ____ ¹ NÃO __ ²

¹ CONTINUE PARA A PERGUNTA 17, PREENCHENDO 1 QUADRO POR LESÃO
² TERMINOU O SEU QUESTIONÁRIO. OBRIGADO!

LESÃO Nº 1	
17 – IDADE À DATA DA LESÃO: ____ ANOS	24 – MECANISMO LESIONAL: CONTACTO DIRECTO ____ MOVIMENTOS REPETIDOS ____ SOBRECARGA FÍSICA ____
18 – LESÃO OCORREU: TREINO __ COMPETIÇÃO __ 18.1 – SE EM TREINO: Pré-época __ Pré-competição __ Pós-competição __	25 – TIPO DE LESÃO MUSCULAR (RUPTURA) ____ TENDINOSA (TENDINITE) ____ LIGAMENTAR (ENTORSE) ____ FRACTURA / LUXAÇÃO ____ CONTUSÃO (PANCADA) ____
19 – DURANTE LUTA: CHÃO __ PÉ __	26 – TRATAMENTO NENHUM ____ REPOUSO ____ FISIOTERAPIA ____ MEDICAÇÃO: ORAL __ IM __ INJEÇÃO __ IMOBILIZAÇÃO: ESQUADRA __ OUTRO __ CIRURGIA ____
20 – OCORREU A: ATACAR __ DEFENDER __ SOZINHO __	ESPECIFIQUE _____
21 – SEGMENTO CORPORAL → (ASSINALE NO BOWTIE): ESPECIFIQUE: _____ _____ _____ _____	26 – TRATAMENTO NENHUM ____ REPOUSO ____ FISIOTERAPIA ____ MEDICAÇÃO: ORAL __ IM __ INJEÇÃO __ IMOBILIZAÇÃO: ESQUADRA __ OUTRO __ CIRURGIA ____
22 – LADO LESADO: DIREITO __ ESQUERDO __	ESPECIFIQUE _____
23 – TEMPO DE AFASTAMENTO: NENHUM ____ 1 TREINO E /OU COMPETIÇÃO ____ >1 TREINO E /OU COMPETIÇÃO ____	



*Caraterísticas descritivas
Atleta*



*Metodologia de treino e
prática*



Caraterização da Lesão

LESÕES DESPORTIVAS EM JOVENS ATLETAS DE JUDO DE ALTO NÍVEL COMPETITIVO



RESULTADOS [ESTATÍSTICA DESCRITIVA]

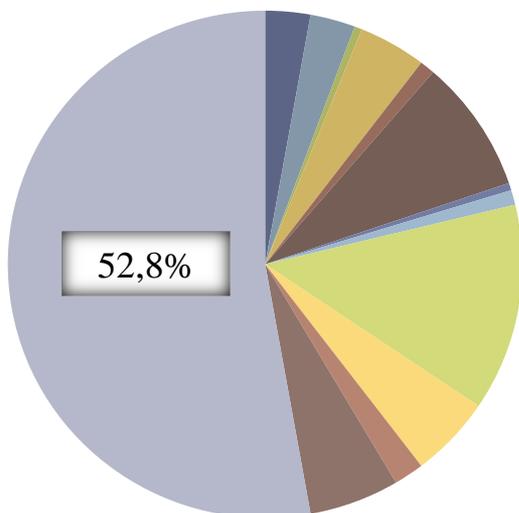
□ 212 ATLETAS [68,4% GÉNERO MASCULINO]

□ 106 Taça Europa de Cadetes

□ 106 Taça Europa de Juniores

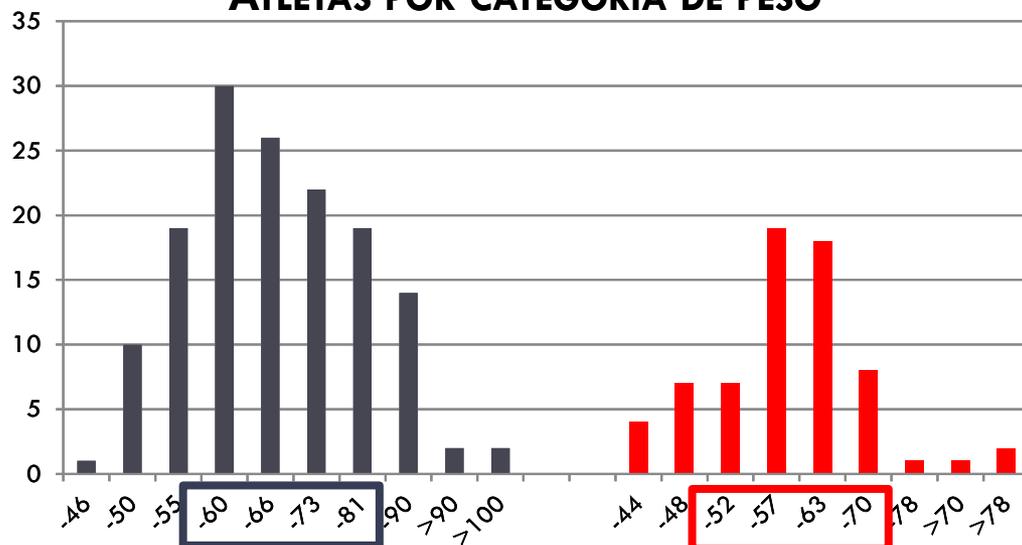
118 Cadetes
94 Juniores

NACIONALIDADE



- ALEMANHA
- AUSTRIA
- AZERBEIJÃO
- CANADÁ
- CHIPRE
- DINAMARCA
- ESCÓCIA
- ESLOVÉNIA
- ESPAÑA
- INGLATERRA
- ISRAEL
- ITÁLIA
- PORTUGAL

ATLETAS POR CATEGORIA DE PESO



LESÕES DESPORTIVAS EM JOVENS ATLETAS DE JUDO DE ALTO NÍVEL COMPETITIVO



RESULTADOS [ESTATÍSTICA DESCRITIVA]

- ❑ IDADE MÉDIA [anos]– **16,8** ± 1,5 [13-20]

- ❑ ANOS DE PRÁTICA MÉDIA - **9,7** ± 3,1A [1-16]

- ❑ TREINOS DE JUDO/ SEMANA - **5,5** ± 1,9 [2-11]
 - ❑ Horas diárias - **2,57** ± 0,9 [1-6]

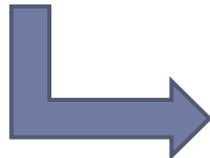
LESÕES DESPORTIVAS EM JOVENS ATLETAS DE JUDO DE ALTO NÍVEL COMPETITIVO



RESULTADOS [ESTATÍSTICA DESCRITIVA]

- ❑ AQUECIMENTO – **100%** dos atletas [23,3 minutos \pm 8.8 [10-60]]
- ❑ ALONGAMENTO – **12,7%** não fazem
- ❑ MUSCULAÇÃO – **64,4%** [2,83 treinos/semana \pm 1,34]

205 ATLETAS COMPETEM EM CATEGORIAS COM LIMITE DE PESO



62% TÊM UM PESO REAL > PESO DA CATEGORIA

LESÕES DESPORTIVAS EM JOVENS ATLETAS DE JUDO DE ALTO NÍVEL COMPETITIVO



RESULTADOS [ESTATÍSTICA DESCRITIVA]

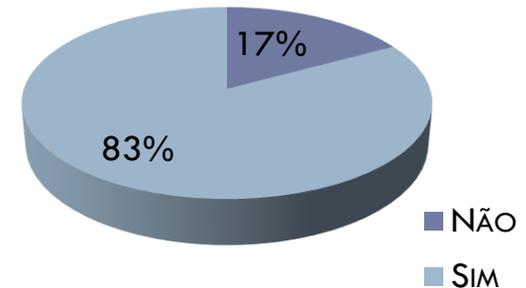
❑ 347 LESÕES – 83% DOS ATLETAS

❑ MAIORIA LESÕES

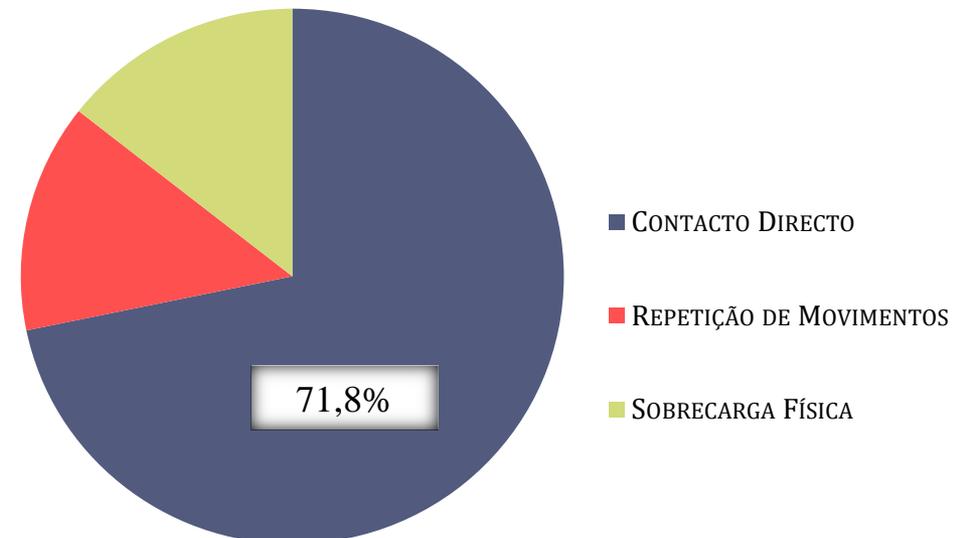
- ❑ TREINO [71,2%]
- ❑ ACÇÃO EM PÉ [87,6%]
- ❑ CONTACTO DIRECTO [71,8%]

❑ ATAQUE \cong DEFESA

PRESENÇA DE LESÃO



MECANISMO LESIONAL

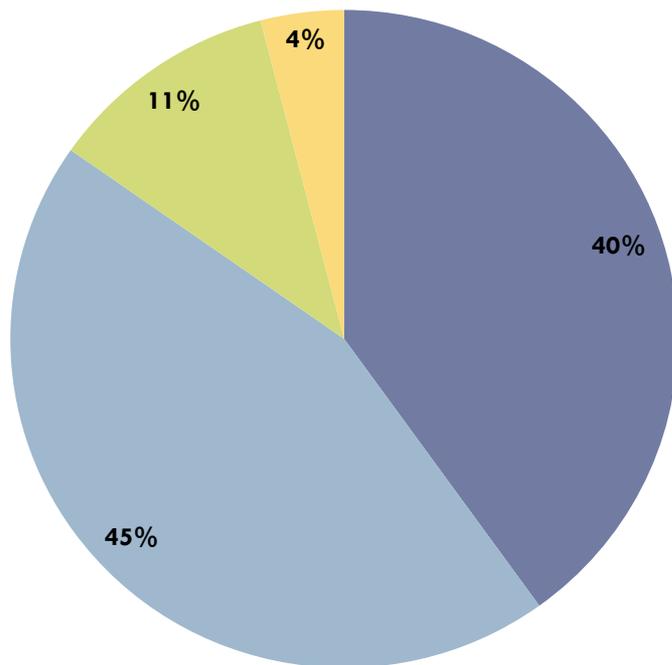


LESÕES DESPORTIVAS EM JOVENS ATLETAS DE JUDO DE ALTO NÍVEL COMPETITIVO



RESULTADOS [ESTATÍSTICA DESCRITIVA]

LESÕES POR SEGMENTO



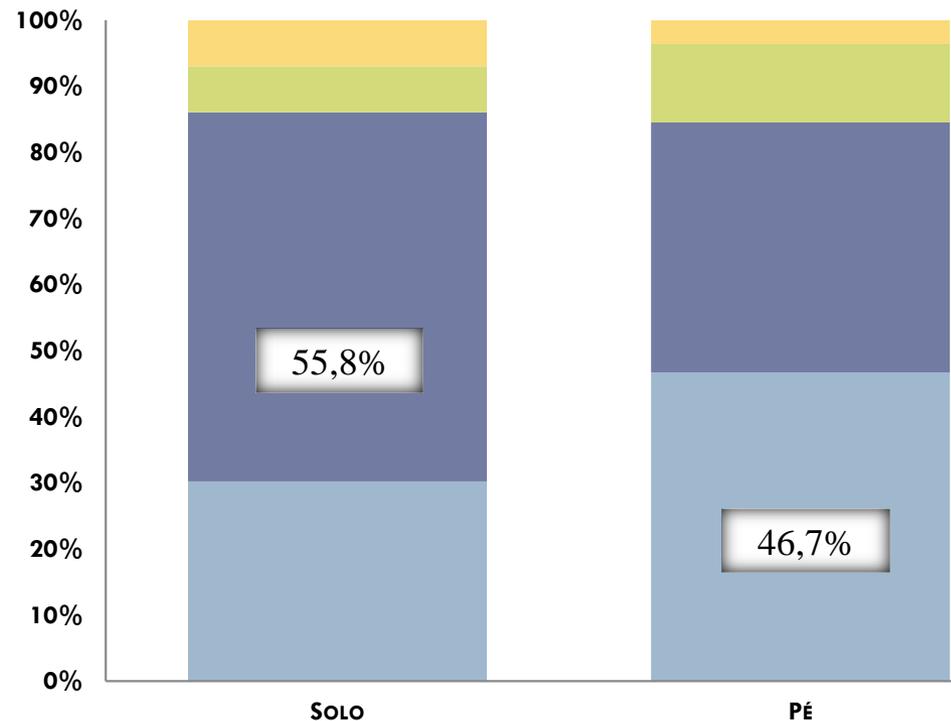
■ MEMBRO SUPERIOR

■ MEMBRO INFERIOR

■ AXIS

■ CABEÇA

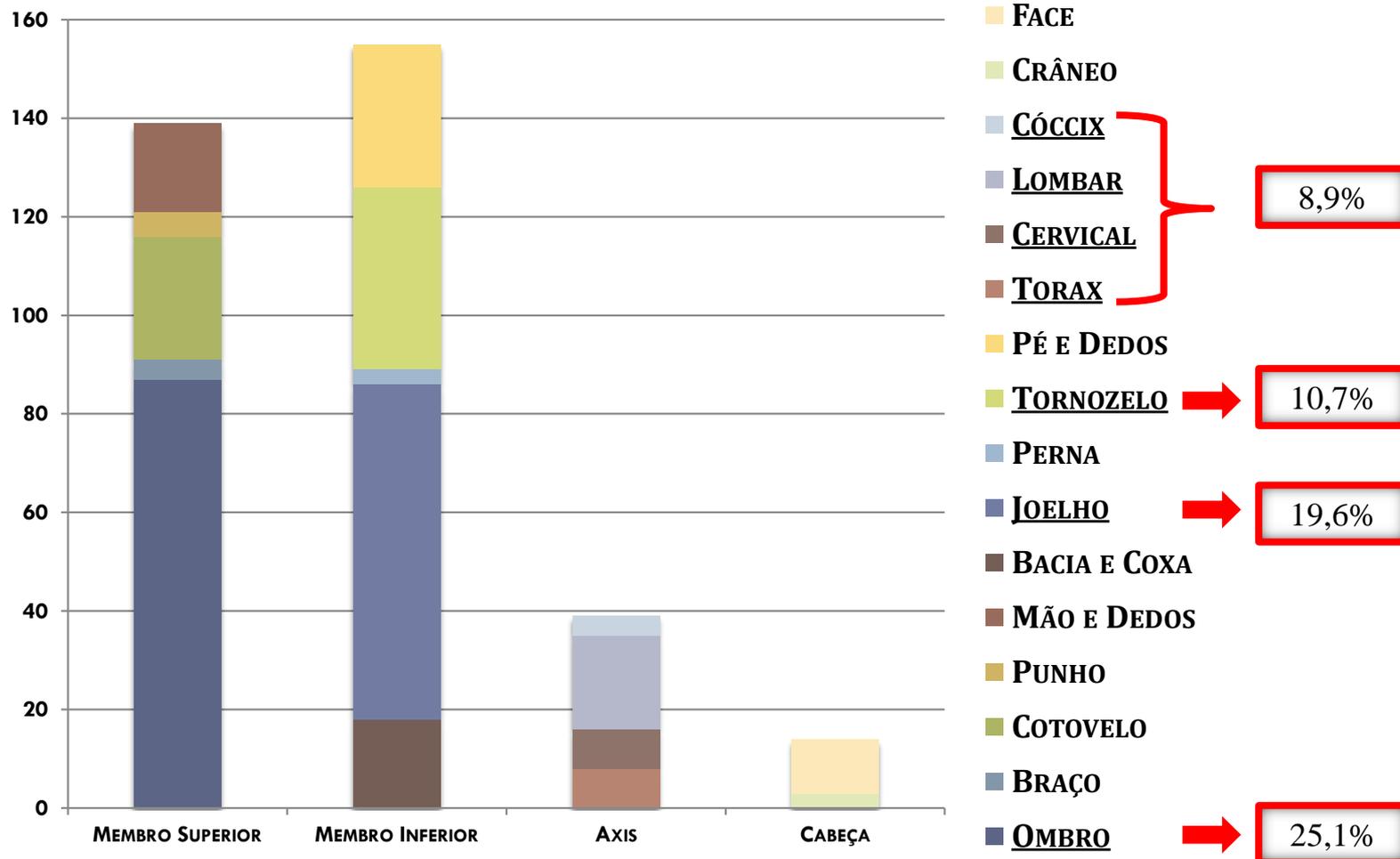
FASE DA LUTA



LESÕES DESPORTIVAS EM JOVENS ATLETAS DE JUDO DE ALTO NÍVEL COMPETITIVO



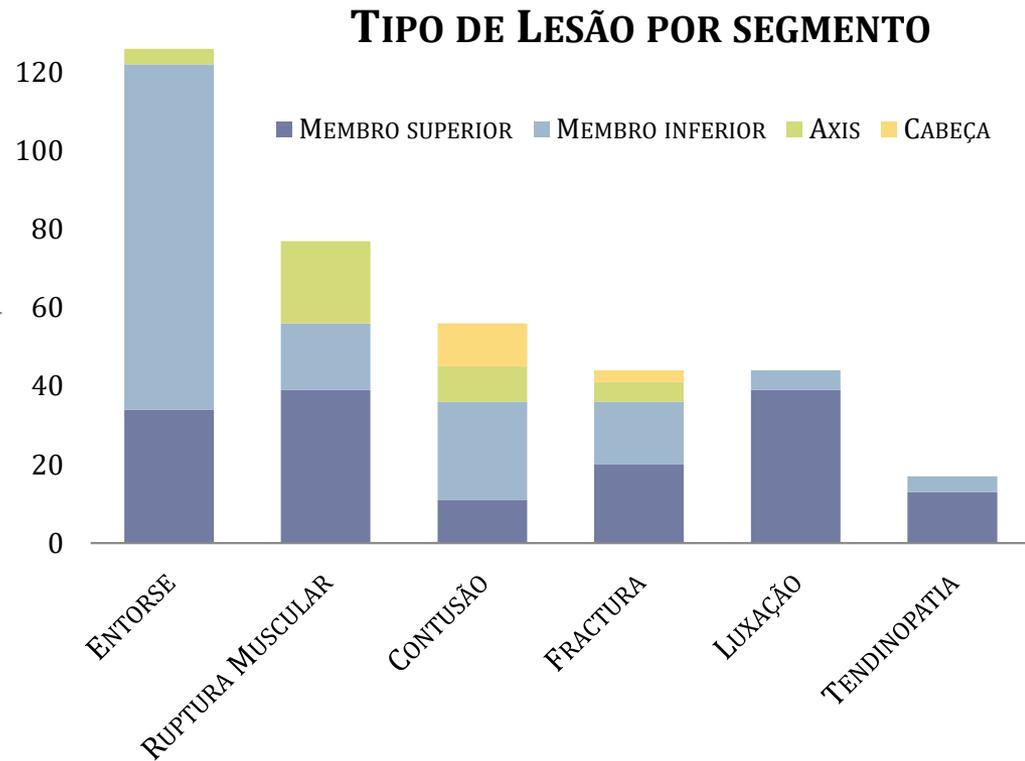
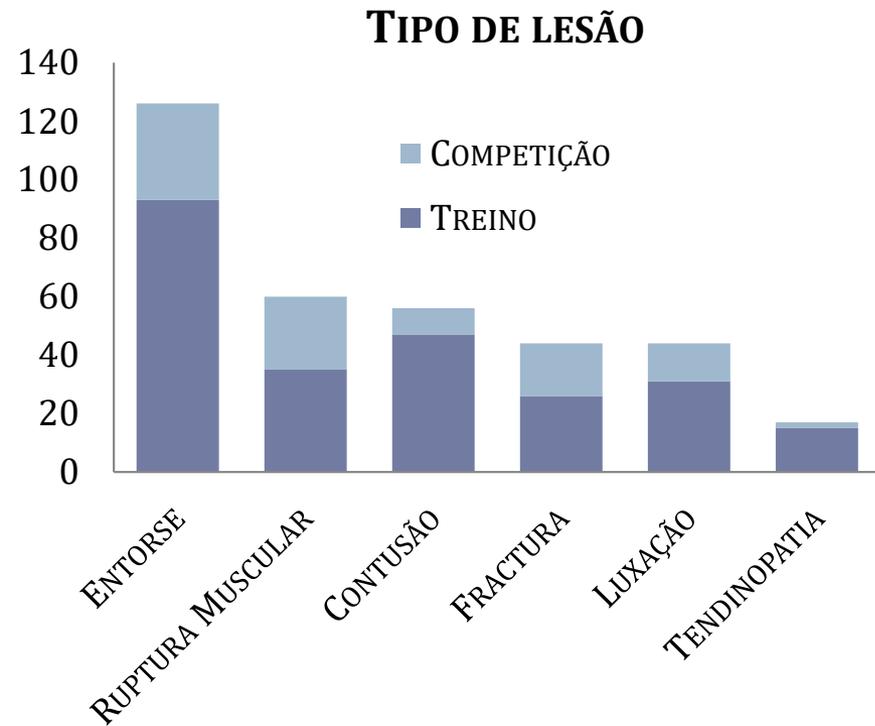
RESULTADOS [ESTATÍSTICA DESCRITIVA]



LESÕES DESPORTIVAS EM JOVENS ATLETAS DE JUDO DE ALTO NÍVEL COMPETITIVO



RESULTADOS [ESTATÍSTICA DESCRITIVA]

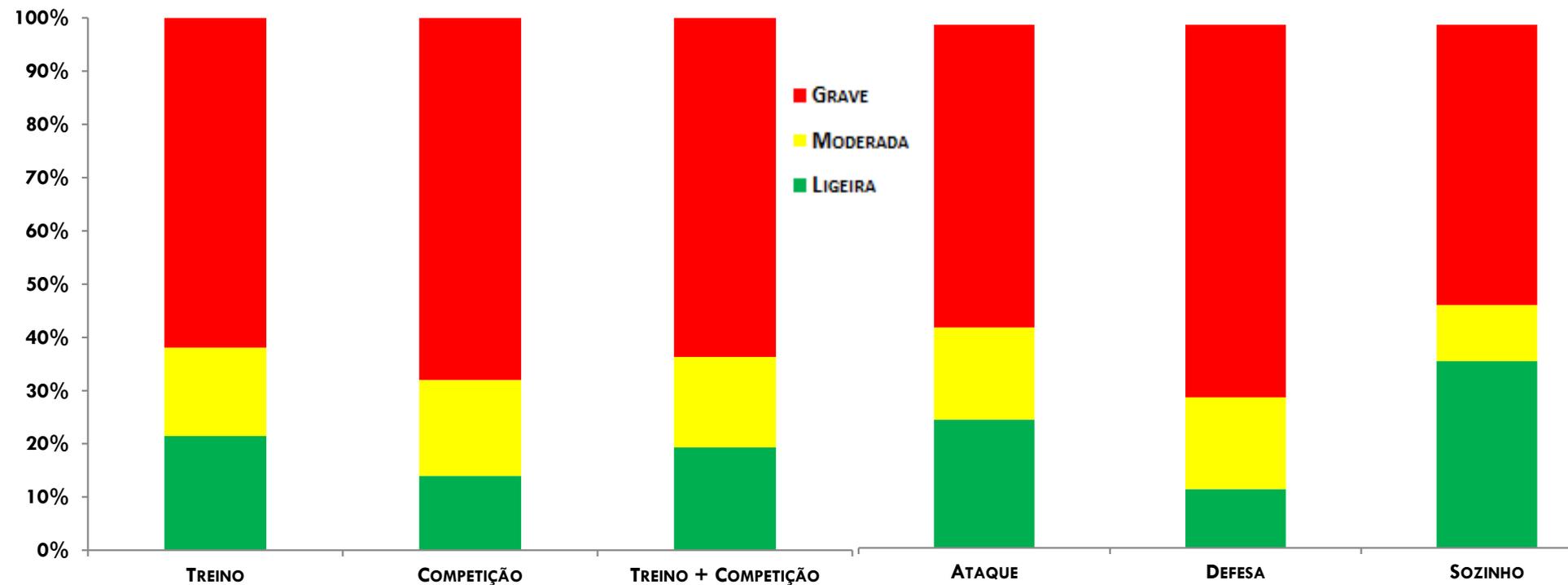


LESÕES DESPORTIVAS EM JOVENS ATLETAS DE JUDO DE ALTO NÍVEL COMPETITIVO



RESULTADOS [ESTATÍSTICA DESCRITIVA]

PARAGEM DESPORTIVA – 81%

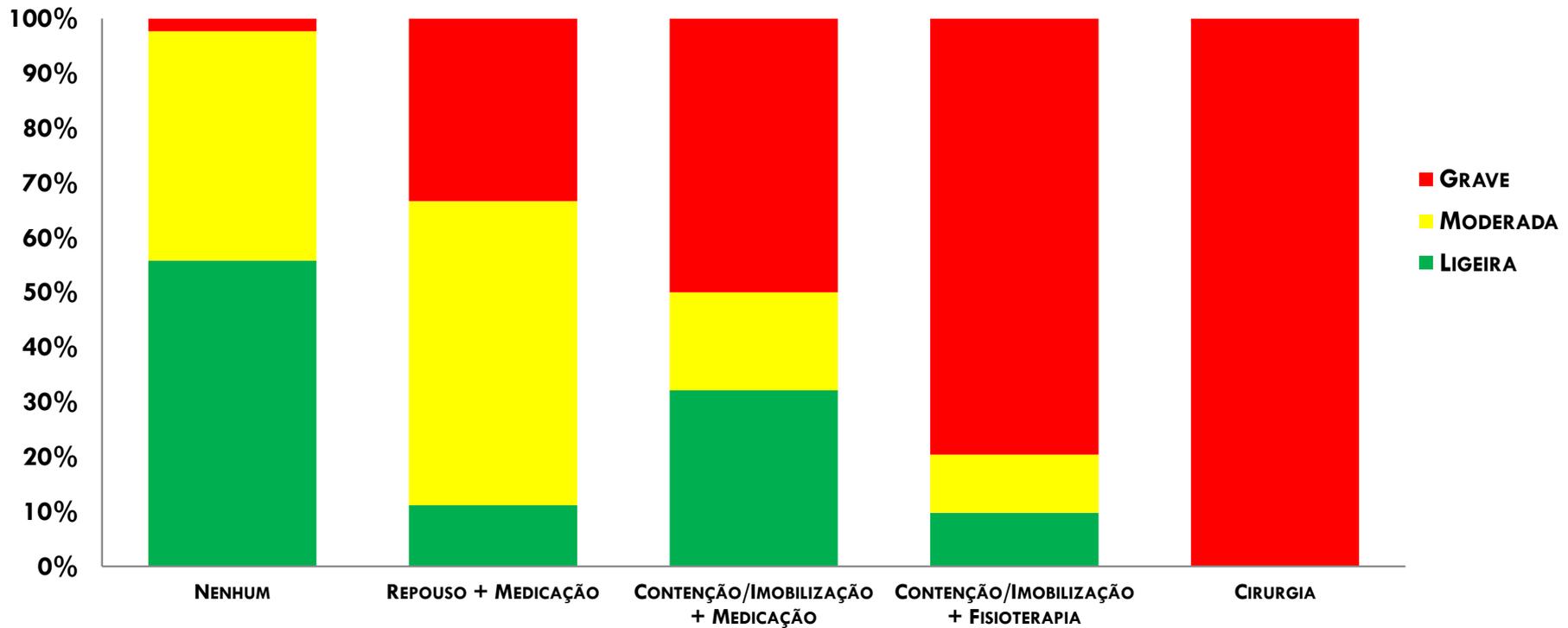


LESÕES DESPORTIVAS EM JOVENS ATLETAS DE JUDO DE ALTO NÍVEL COMPETITIVO



RESULTADOS [ESTATÍSTICA DESCRITIVA]

TRATAMENTO

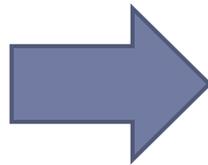


LESÕES DESPORTIVAS EM JOVENS ATLETAS DE JUDO DE ALTO NÍVEL COMPETITIVO



RESULTADOS [ESTATÍSTICA INFERENCIAL]

↑↑ IDADE



- N^o horas treino/dia*
- N^o horas treino/semana*
- >Esforço perder peso*

*Correlação de Spearman; [p<0,05]

ESTRANGEIROS >N^o HORAS TREINO [14MINUTOS]

[p=0,038]*

* Teste de Mann-Whitney

ESTRANGEIROS 3,9x's > NÚMERO TREINOS DE GINÁSIO

[$\chi^2 = 19,578$, p<0,001 ; OR=3,861 (IC95%:2,088-7,142)]

* Qui-quadrado

LESÕES DESPORTIVAS EM JOVENS ATLETAS DE JUDO DE ALTO NÍVEL COMPETITIVO



RESULTADOS [ESTATÍSTICA INFERENCIAL]

	NECESSIDADE DE PERDER PESO	P- VALUE*	RHO
IDADE	+	0,003	0,208
GRADUAÇÃO	+	0,001	0,225
ANOS DE PRÁTICA	+	<0,001	0,296
TREINOS/SEMANA	+	0,001	0,222
HORAS/TREINO/DIA	+	0,003	0,205
HORAS/TREINO/SEMANA	+	<0,001	0,265
GINÁSIO	+	0,011	0,174

*Correlação de Spearman

Tabela 1 -Correlações estatisticamente significativas com a necessidade do atleta em perder peso para competir.

LESÕES DESPORTIVAS EM JOVENS ATLETAS DE JUDO DE ALTO NÍVEL COMPETITIVO



RESULTADOS [ESTATÍSTICA INFERENCIAL]

	GINÁSIO/MUSCULAÇÃO	P- VALUE*	RHO
IDADE	+	<0,001	0,331
NECESSIDADE/PERDER PESO	+	0,011	0,174
TREINOS/SEMANA	+	<0,001	0,260
HORAS/TREINO/DIA	+	<0,001	0,239
HORAS/TREINO/SEMANA	+	<0,001	0,306

*Correlação de Spearman

Tabela 2 - Correlações estatisticamente significativas com a realização de treinos de ginásio/musculação.

LESÕES DESPORTIVAS EM JOVENS ATLETAS DE JUDO DE ALTO NÍVEL COMPETITIVO



RESULTADOS [ESTATÍSTICA INFERENCIAL]

	LESÃO	P- VALUE*	RHO
IDADE	+	0,005	0,194
NECESSIDADE/PERDER PESO	+	0,007	0,185
TREINOS/SEMANA	+	0,001	0,237
HORAS/TREINO/DIA	+	0,044	0,130
HORAS/TREINO/SEMANA	+	0,002	0,218

*Correlação de Spearman

Tabela 3 - Correlações estatisticamente significativas com o número de lesões.

RISCO LESÃO 3,34x's > JUNIORES; [OR=3,344 (IC95%: 1,445-7,743)]* .

*Qui-quadrado

LESÕES DESPORTIVAS EM JOVENS ATLETAS DE JUDO DE ALTO NÍVEL COMPETITIVO



RESULTADOS [ESTATÍSTICA INFERENCIAL]

>NÚMERO LESÕES DURANTE O TREINO
[$p < 0,001$ (IC95%: 0,661-0,759)].*

* Teste da Binomial

>NÚMERO LESÕES DURANTE ACÇÃO EM PÉ
[$p < 0,001$, (IC95%: 0,837-0,909)].*

* Teste da Binomial

2,4x's > NÚMERO LESÕES DURANTE ACÇÃO NO SOLO EM COMPETIÇÃO
[$\chi^2 = 7.490$, $p < 0.006$, OR=2,435 (IC95%: 1,269-4,670)].

* Qui-Quadrado

LESÕES DESPORTIVAS EM JOVENS ATLETAS DE JUDO DE ALTO NÍVEL COMPETITIVO



RESULTADOS [ESTATÍSTICA INFERENCIAL]

❑ **2x's > NÚMERO RUPTURAS MUSCULARES EM COMPETIÇÃO;**
[$\chi^2 = 5,838$, $p=0,016$, $OR=2,020$ (IC95%: 1,134-3,597)]*.

* Qui-Quadrado

❑ **2,4x's > NÚMERO CONTUSÕES DURANTE O TREINO**
[$\chi^2 = 5,289$, $p=0,021$, $OR=2,376$ (IC95%: 1,117-5,055)]*

* Qui-Quadrado

❑ **LESÕES OMBRO 1,8x's MAIS FREQUENTES DURANTE UM MOVIMENTO DEFESA**
[$\chi^2 = 5,629$, $p=0,018$; $OR=1,838$ IC95%: 1,108-3,050]*

* Qui-Quadrado

❑ **MAIORIA DAS LESÕES COM ENVOLVIMENTO ARTICULAR [61,7%]**
[$p<0,001$, (IC95%: 0,563-0,668)]*

* Teste da Binomial

LESÕES DESPORTIVAS EM JOVENS ATLETAS DE JUDO DE ALTO NÍVEL COMPETITIVO



RESULTADOS [ESTATÍSTICA INFERENCIAL]

	ENTORSE	RUPTURA MUSCULAR	CONTUSÃO	FRACTURA	LUXAÇÃO	TENDINOPATIA	P-VALUE *	OR	IC95 %
CONTATO DIRETO	+		+	+	+		<0,001	15,198	8,665-29,245
REPETIÇÃO DE MOVIMENTOS						+	<0,001	10,977	63,495-30,544
SOBRECARGA FÍSICA		+					<0,001	11,849	6,042-23,240

* *Kruskal-Wallis*; ^β *Correlação de Pearson*

Tabela 6- Correlações estatisticamente significativas entre o tipo de lesão e o mecanismo lesional.

LESÕES DESPORTIVAS EM JOVENS ATLETAS DE JUDO DE ALTO NÍVEL COMPETITIVO



RESULTADOS [ESTATÍSTICA INFERENCIAL]

		MEMBRO SUPERIOR	MEMBRO INFERIOR	AXIS	CABEÇA	P- VALUE	OR
LOCAL	SOLO	+				0,024 *	2,074
	PÉ		+			0,042 *	2,023
MECANISMO	CONTATO	+				0,006 *	2,011
					+	0,017 ¥	-
	REPETIÇÃO		+			0,003 *	2,574
	SOBRECARGA			+		<0,001*	6,439
TIPO DE LESÃO	LUXAÇÃO	+				<0,001*	15,834
	TENDINOPATIA	+				0,002 *	5,262
	RUPTURA MUSCULAR			+		<0,001*	8,047
	CONTUSÃO				+	<0,001¥	23,467
	ENTORSE		+			<0,001*	5,323
GRAVIDADE	MAIOR	+				0,049 ^β	-
	MENOR				+	0,05 ^β	-

*Qui-Quadrado; ¥ Teste de Fisher; ^β Teste de Mann-Whitney

Tabela 4 - Correlações estatisticamente significativas entre o segmento corporal e fase da luta, mecanismo, tipo e gravidade da lesão.

LESÕES DESPORTIVAS EM JOVENS ATLETAS DE JUDO DE ALTO NÍVEL COMPETITIVO



RESULTADOS [ESTATÍSTICA INFERENCIAL]

		LIGEIRA	GRAVE	P- VALUE
ACÇÃO	DEFESA		+	0,014 *
TIPO DE LESÃO	LUXAÇÃO		+	0,002 *
	FRACTURA		+	0,008 *
	RUPTURA MUSCULAR	+		0,04 *
	ANOS DE PRÁTICA		+	0,003 ^β

* *Kruskal-Wallis*; ^β *Correlação de Pearson*

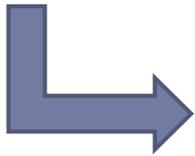
Tabela 5 - Correlações estatisticamente significativas entre a gravidade da lesão e a acção geradora, tipo de lesão e anos de prática

LESÕES DESPORTIVAS EM JOVENS ATLETAS DE JUDO DE ALTO NÍVEL COMPETITIVO

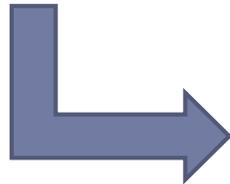


DISCUSSÃO

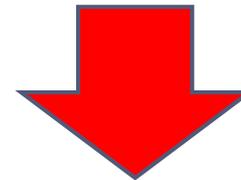
❑ ELEVADA CARGA TREINO DIÁRIA, FREQUÊNCIA DE TREINO SEMANAL E TREINO DE MUSCULAÇÃO



❑ ALTO NÍVEL COMPETITIVO E TÉCNICO EXIGIDO



❑ ↑↑ ESPECIALIZAÇÃO, ↑↑ INTENSIDADE TREINO



FACTOR RISCO LESÃO¹



JAPAN

Alarm in Japan for child judo deaths

Families are concerned, especially now that the government wants to make the martial art compulsory in all schools by 2012. The Parents' Association Japan Judo Accident Victims demands precise safety standards. Since 1983 at least 110 have died during training, victims of a "military culture" imposed by ignorant instructors on young students.

LESÕES DESPORTIVAS EM JOVENS ATLETAS DE JUDO DE ALTO NÍVEL COMPETITIVO

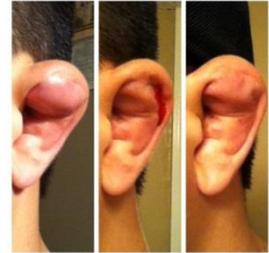


DISCUSSÃO

- ❑ 83% ATLETAS TEVE PELO MENOS UMA LESÃO [MÉDIA = 1,97 LESÕES/ATLETA]

SUBESTIMADO

- ❑ PERFIL PSICOSSOCIOLÓGICO
- ❑ DESVALORIZAÇÃO LESÕES LIGEIRA E MODERADAS
- ❑ CALENDÁRIO COMPETITIVO EXIGENTE



- ❑ CONDIÇÕES SUBÓPTIMAS DE TREINO
- ❑ ↓↓ RENDIMENTO, QUALIDADE E INTENSIDADE



- ❑ LESÃO CRÓNICA (*OVERUSE*)^{1,2,3}

1- Medeiros D, Silva F. Estudo da Prevalência de Lesões no Aparelho Locomotor em Praticantes de Judô. Belém: Universidade da Amazônia; 2008.

2- Clarsen B, Bahr R, Heymans MW, Engedahl M, Midtsundstad G, Rosenlund L, et al. The prevalence and impact of overuse injuries in five Norwegian sports: Application of a new surveillance method. Scand J Med Sci Sports. 2015;25(3):323-30

3- Bahr R. No injuries, but plenty of pain? On the methodology for recording overuse symptoms in sports. Br J Sports Med. 2009;43(13):966-72.

LESÕES DESPORTIVAS EM JOVENS ATLETAS DE JUDO DE ALTO NÍVEL COMPETITIVO



DISCUSSÃO

❑ 72% LESÕES DURANTE O TREINO ^{1,2}

- ❑ PLANOS DE TREINO DESENQUADRADOS
- ❑ CARGA E INTENSIDADE TREINO EXCESSIVA ^{3,4,5}
- ❑ DIETAS DESEQUILIBRADAS ⁶
- ❑ >ESFORÇO PARA PERDER PESO ⁷
- ❑ DESIGUALDADE DE PESO ENTRE PARCEIROS ⁸
- ❑ ESCALÕES PESO E ETÁRIOS DIFERENTES



> RISCO LESÃO

1- Medeiros D, Silva F. Estudo da Prevalência de Lesões no Aparelho Locomotor em Praticantes de Judô. Belém: Universidade da Amazônia; 2008.

2- Cruz F. Lesões Traumáticas no Judo. Rev Port Med Desp. 1997.

3- Carazzato JG, Cabrita H, Castropil W. Repercussão no aparelho locomotor da prática do judô de alto nível: estudo epidemiológico. Rev Bras Ortop. 1996;9:57-68.

4- Lima A, Nogueira J, Rocha V, Knackfuss M. Lesões em Judocas - Incidência entre Escolares. Kinesis. 2000;10:3-15.

5- Kujala UM, Taimela S, Antti-Poika I, Orava S, Tuominen R, Myllynen P. Acute injuries in soccer, ice hockey, volleyball, basketball, judo, and karate: analysis of national registry data. BMJ. 1995;311(7018):1465-8.

6- Cruz F. Prevenção de Lesões no Judo. In: Horta L, editor. Prevenção de Lesões no Desporto. 2ª Edição ed: Texto Editores; 2011. p. 397-406.

7- Nakamoto F. Consequências fisiológicas do Overtreining [cited 2015 Jun 5]. <http://www.emforma.net/estudos/consequencias-fisiologicas-do-overtreining>..

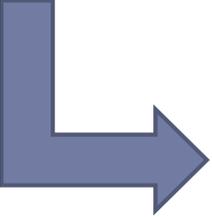
8- - Barsottini D, Guimarães AE, Moraes PRd. Relação entre técnicas e lesões em praticantes de judô. Revista Brasileira de Medicina do Esporte. 2006;12:56-60

LESÕES DESPORTIVAS EM JOVENS ATLETAS DE JUDO DE ALTO NÍVEL COMPETITIVO



DISCUSSÃO

- ❑ 74% LESÕES DURANTE A ACÇÃO EM PÉ ¹

- 
- ❑ FASE DA LUTA ONDE DECORRE A MAIORIA DA ACÇÃO
 - ❑ TÉCNICAS PROJECCÃO EXPLOSIVAS
 - ❑ MOVIMENTO DE DEFESA DURANTE A PROJECCÃO

- ❑ LESÕES NO SOLO – 2,4X'S + EM COMPETIÇÃO

- ❑ > GRAVIDADE DA LESÃO – MOVIMENTOS DE DEFESA ¹



LESÕES DESPORTIVAS EM JOVENS ATLETAS DE JUDO DE ALTO NÍVEL COMPETITIVO

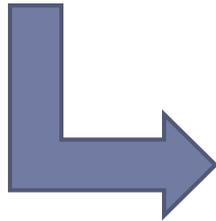


DISCUSSÃO

❑ 85% LESÕES OCORRERAM NOS MEMBROS ^{1,2}

❑ 72% CONTATO DIRETO ^{2, 3, 4}

❑ 62% LESÃO ARTICULAR ^{1,2, 5, 6, 7,}



- ❑ DESPORTO CONTATO DIRETO
- ❑ CADEIAS CINÉTICAS FECHADAS
- ❑ ESTRUTURA MUSCULOESQUELÉTICA FORTALECIDA
- ❑ LESÃO DOS FULCROS DE MOVIMENTO

1- Carazzato JG, Cabrita H, Castropil W. Repercussão no aparelho locomotor da prática do judô de alto nível: estudo epidemiológico. Rev Bras Ortop. 1996;9:57-68

2- Pieter W, De Créé C. Competition injuries in young and adult judo athletes. The Second Annual Congress of the European College of Sports Science; Copenhagen, Denmark.1997, Aug 20-23.

3- Pieter W. Martial arts injuries. Med Sport Sci. 2005;48:59-73.

4- Pérez-Turpín J, Penichet-Tomás A, Suárez-Llorca C, et al. Injury incidence in judokas at the Spanish National University Championship Arch Budo 2013;21:11-8

5- Medeiros D, Silva F. Estudo da Prevalência de Lesões no Aparelho Locomotor em Praticantes de Judô. Belém: Universidade da Amazônia; 2008.

6- Carazzato J, Campos L, Carazzato S. Incidência de lesões traumáticas em atletas competitivos de dez tipos de modalidades esportivas - trabalho individual de duas décadas de especialista em Medicina Esportiva. Rev Bras Ortop. 1992;7:45-58

7- Lima A, Nogueira J, Rocha V, Knackfuss M. Lesões em Judocas - Incidência entre Escolares. Kinesis. 2000;10:3-15.

LESÕES DESPORTIVAS EM JOVENS ATLETAS DE JUDO DE ALTO NÍVEL COMPETITIVO



DISCUSSÃO

❑ 81% LESÕES COM PARAGEM DESPORTIVA

- ❑ DESVALORIZAÇÃO PEQUENAS LESÕES
- ❑ LESÕES GRAVES - MAIS MARCANTES

LUXAÇÃO E FRACTURA!!!



❑ 72% UTILIZAÇÃO MECANISMOS CONTENÇÃO ELÁSTICA/IMOBILIZAÇÃO



LESÕES DESPORTIVAS EM JOVENS ATLETAS DE JUDO DE ALTO NÍVEL COMPETITIVO



CONCLUSÃO

- ❑ **83% DOS ATLETAS \geq 1 LESÃO**

- ❑ **MAIOR RISCO DE LESÃO**
 - ❑ **↑ Idade, ↑ frequência e intensidade**

- ❑ **MAIORIA DAS LESÕES**
 - ❑ **NOS MEMBROS**
 - ❑ **DURANTE O TREINO [> n^o lesões graves]**
 - ❑ **ACÇÃO EM PÉ [3/4]**
 - ❑ **CONTATO DIRETO [71,8%]**
 - ❑ **PARAGEM DESPORTIVA [81%]**



- ❑ **MI – ACÇÃO EM PÉ**
- ❑ **MS – ACÇÃO NO SOLO**



CONCLUSÃO

- ❑ O SEGMENTO MAIS LESADO **OMBRO** [++ movimento de defesa]
- ❑ TIPO DE LESÃO MAIS PREVALENTE FOI O **ENTORSE**
- ❑ LESÕES DE MAIOR GRAVIDADE COM **MOVIMENTOS DE DEFESA**
- ❑ ↑ ↑ MECANISMOS DE **CONTENÇÃO ELÁSTICA/IMOBILIZAÇÃO**
- ❑ **CIRURGIA** EM 7% DOS CASOS [++LESÃO MENISCO E/OU DO LCA]

LESÕES DESPORTIVAS EM JOVENS ATLETAS DE JUDO DE ALTO NÍVEL COMPETITIVO



LIMITAÇÕES DO ESTUDO

- ESTUDO RETROSPECTIVO
- AUXÍLIO PREENCHIMENTO QUESTIONÁRIO [MÉDICOS DIFERENTES]
- IDADE JOVEM DOS ATLETAS
- DESCRIÇÃO SUBJECTIVA DEPENDENTE DO ATLETA
- VALORIZAÇÃO LESÃO DEPENDENTE DO ATLETA

- PUBLICAÇÃO NACIONAL DE TRABALHOS - ESCASSA



- CARVALHO M, PINHEIRO V, PINTO A, NASCIMENTO M, OLIVEIRA J, FONSECA F. LESÃO DESPORTIVA EM JOVENS JUDOCAS DE ALTO NÍVEL COMPETITIVO, REV. MEDICINA DESPORTIVA INFORMA, 2016, 7 (3): [HTTPS://WWW.JOOMAG.COM/MAGAZINE/REVISTA-DE-MEDICINA-DESPORTIVA-INFORMA-MAIO-2016/0783347001462733752?PAGE=25](https://www.joomag.com/magazine/revista-de-medicina-desportiva-informa-maio-2016/0783347001462733752?page=25)*



CONSIDERAÇÕES FINAIS/PERSPECTIVAS FUTURAS

❑ IDENTIFICADO PERFIL EPIDEMIOLÓGICO DE UMA POPULAÇÃO DE JOVENS JUDOCAS DE ALTO NÍVEL COMPETITIVO NACIONAIS E ESTRANGEIROS.



$P < 0,05$

- ❑ Δ Peso
- ❑ Carga física
- ❑ Acção
- ❑ Experiência
- ❑ Segmento corporal
- ❑ Local
- ❑ Tipo
- ❑ Mecanismo
- ❑ Gravidade

PONTO DE PARTIDA E MOTIVAÇÃO PARA UM MAIOR APROFUNDAMENTO E INVESTIGAÇÃO!

LESÕES DESPORTIVAS EM JOVENS ATLETAS DE JUDO DE ALTO NÍVEL COMPETITIVO



MUITO OBRIGADO!

LESÕES DESPORTIVAS EM JOVENS ATLETAS DE JUDO DE ALTO NÍVEL COMPETITIVO



marcosfernandescarvalho@gmail.com

- *SPORTS INJURIES IN A POPULATION OF YOUNG JUDO ATHLETES OF HIGH COMPETITIVE LEVEL:* <http://hdl.handle.net/10316/29703>
- *CARVALHO M, PINHEIRO V, PINTO A, NASCIMENTO M, OLIVEIRA J, FONSECA F. LESÃO DESPORTIVA EM JOVENS JUDOCAS DE ALTO NÍVEL COMPETITIVO, REV. MEDICINA DESPORTIVA INFORMA, 2016, 7 (3):* [HTTPS://WWW.JOOMAG.COM/MAGAZINE/REVISTA-DE-MEDICINA-DESPORTIVA-INFORMA-MAIO-2016/0783347001462733752?PAGE=25](https://www.joomag.com/magazine/revista-de-medicina-desportiva-informa-maio-2016/0783347001462733752?page=25)