Atuação Da Fisioterapia No Tratamento De Entorse De Tornozelo em Atletas De Voleibol

Autor(res)

Cláudia Mara Miranda Russi
Vitor Antonel Dos Santos

Categoria do Trabalho

TCC

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE SÃO JOSÉ DOS CAMPOS

Introdução

A prática esportiva vem se consolidando muito atualmente mas também expõe os atletas a lesões, especialmente entorses de tornozelo, devido à vulnerabilidade dessa articulação a movimentos bruscos e sobrecargas. A fisioterapia é crucial na prevenção e tratamento dessas lesões, ajudando os atletas a atuar com segurança e menor risco de lesões.
O problema da pesquisa foi identificar qual o impacto do tratamento da entorse de tornozelo no esporte voleibol?
O Objetivo da pesquisa foi conhecer a eficiência dos tratamentos para entorse de tornozelo nas práticas esportivas, Conceituar e descrever o histórico desta patologia em atletas de voleibol, Apresentar quais são os riscos e prejuízos da entorse de tornozelo.

Objetivo

o objetivo geral deste estudo é investigar a atuação da fisioterapia no tratamento de entorses de tornozelo em atletas de voleibol, com foco em identificar as abordagens terapêuticas mais eficazes para a reabilitação e a prevenção de recidivas.

Material e Métodos

A pesquisa foi uma Revisão de Literatura, envolvendo livros, dissertações e artigos científicos das bases de dados “Pubmed”, “PEDro”, “SciELO” e “Google Acadêmico”. Foram considerados trabalhos dos últimos 10 anos. As palavras-chave usadas foram: “entorse de tornozelo”, “tratamento para entorse de tornozelo” e

“entorse de tornozelo no esporte voleibol”. A busca incluiu também consultas a bancos de teses e dissertações, de modo a ampliar a perspectiva sobre o tema e incluir trabalhos acadêmicos relevantes que, muitas vezes, não estão
disponíveis nas plataformas de periódicos.

Resultados e Discussão

Destacou-se que as mobilizações articulares, combinadas com exercícios de propriocepção, foram particularmente eficazes na redução do tempo de recuperação de atletas com entorse de tornozelo. Esses achados corroboram a importância de se realizar intervenções precoces e focadas na melhora da mobilidade e estabilidade da articulação afetada. Mobilizações articulares permitem a restauração do movimento normal das articulações, reduzindo a rigidez pós-lesão e acelerando o processo de cura. (Cristolofi et al. 2020).
Além disso, os exercícios de propriocepção ajudam o atleta a recuperar o controle neuromuscular, que é fundamental para evitar novas torções. Peres (2021) também reforçou a eficácia de diferentes técnicas de mobilização articular, indicando que a associação dessas técnicas com exercícios de fortalecimento pode acelerar ainda mais a reabilitação, um ponto central para garantir um retorno seguro e eficiente ao esporte.

Conclusão

O estudo demonstrou que as abordagens terapêuticas, como mobilizações articulares, fortalecimento muscular e exercícios de propriocepção, são essenciais para acelerar a reabilitação e minimizar as chances de recidiva.
Ficou evidente que a fisioterapia desempenha um papel crucial não apenas na recuperação física, mas também na promoção de um retorno seguro às atividades esportivas.

Referências

RONSKA, A. V. D.; SANTOS, B. A.; LEMOS, L. R.. Protocolos de reabilitação para entorse de tornozelo: uma revisão sistemática. Revista Liberum Aceesum, v.14, n.2, p.1- 11, 2022. Disponível em: http://revista.liberumaccesum.com.br/index.php/RLA/article/viewFile/147/182 Acesso em 10 Set. 2024
CRISTOFOLI, Emanuele Lazzari et al. Intervenções

fisioterapêuticas para reabilitação de entorses de tornozelo em atletas. Rev. Bras. Med. Esporte; v. 22, n. 6, nov./dez., 2016. Disponível em: https://periodicos.ufrn.br/casoseconsultoria/article/view/294976 Acesso em 07 Set. 2024