

RESUMO EXPANDIDO - ÁREA DA SAÚDE E BIOLÓGICAS

**LESÕES EM JOGADORES DE FUTEBOL: UMA ANÁLISE ENTRE  
GRAMADOS NATURAIS E SINTÉTICOS**

*Everton Matos (evertonmatosc@gmail.com)*

*Rodrigo Barbosa Cavalcanti (barbosarodrigo1239@gmail.com)*

*Jean Ferreira Rodrigues (jean.f.rodrigues2004@gmail.com)*

*João Gonzaga Da Silva (joaogonzagadasilva1902@gmail.com)*

*José Evaldo Gonçalves Lopes Júnior (evaldo.lobes@uniateneu.edu.br)*

**INTRODUÇÃO**

O futebol é o esporte mais praticado no Brasil e um dos mais populares do mundo. Entretanto, a alta intensidade e o contato físico característicos dessa modalidade tornam as lesões musculoesqueléticas e articulares um problema recorrente entre atletas profissionais e amadores. Estudos apontam que fatores extrínsecos, como as condições do gramado, podem influenciar diretamente a ocorrência e a gravidade dessas lesões (CAVINA et al., 2017). Nas últimas décadas, a crescente adoção de gramados sintéticos em substituição aos gramados naturais motivou uma série de discussões sobre a segurança dessas superfícies. Defensores destacam a durabilidade, o baixo custo de manutenção e a resistência climática dos sintéticos, enquanto críticos afirmam que sua maior rigidez e atrito aumentam o risco de lesões em tornozelo, joelho e quadril (QUEIROZ, 2025; COSTA & TOLENTINO, 2025). Considerando o impacto das lesões sobre o desempenho dos atletas, o tempo de afastamento e o custo

com reabilitação, compreender a influência do tipo de gramado é essencial para orientar clubes, federações e profissionais de saúde esportiva.

## OBJETIVO

Analisar a relação entre o tipo de gramado — natural e sintético — e a ocorrência de lesões em jogadores de futebol, destacando os tipos de lesões mais comuns, as regiões anatômicas afetadas e os fatores que contribuem para a maior incidência em determinadas superfícies.

## MATERIAL E MÉTODOS

Trata-se de uma pesquisa bibliográfica e descritiva, fundamentada na revisão de estudos nacionais e internacionais publicados entre 2017 e 2025. Foram utilizadas como principais referências: Cavina et al. (2017), Queiroz (2025), Costa & Tolentino (2025) e Lunetta & Guerra (2024). A revisão abordou aspectos como: frequência e tipo de lesões (músculo, articulação, ligamento), posição dos atletas, impacto do gramado nas estatísticas de jogo e percepção dos jogadores.

## RESULTADOS

Os resultados da revisão demonstram que os membros inferiores são as regiões anatômicas mais acometidas em atletas de futebol, especialmente o tornozelo, joelho e músculo posterior da coxa (CAVINA et al., 2017). Em gramados sintéticos, observa-se maior incidência de lesões ligamentares e articulares, devido à menor absorção de impacto e ao maior atrito da superfície. Pesquisas da UFPE (QUEIROZ, 2025) e da UFRJ (COSTA & TOLENTINO, 2025) mostram que, embora não haja diferença estatisticamente significativa na taxa geral de lesões entre gramados naturais e sintéticos, o tipo de lesão tende a variar: em gramados naturais, prevalecem lesões por contato e entorses leves, enquanto em gramados sintéticos são mais comuns lesões de tornozelo, joelho e distensões musculares associadas à maior rigidez da superfície. Estudos internacionais também apontam tendência de aumento nas lesões de tornozelo em campos sintéticos, enquanto lesões em quadríceps e pélvis são menos frequentes. Por outro lado, pesquisas recentes mostram que a tecnologia das novas gerações de gramados sintéticos tem reduzido

significativamente o impacto e aproximado suas propriedades biomecânicas às do gramado natural.

## CONCLUSÃO

Conclui-se que o tipo de gramado exerce influência relevante na incidência e no perfil das lesões em jogadores de futebol. A literatura indica que o gramado sintético, embora apresente vantagens econômicas e logísticas, pode estar associado a um maior risco de lesões articulares e musculares, especialmente no tornozelo e joelho. A diferença entre os tipos de superfície tem diminuído graças aos avanços tecnológicos na produção de gramas artificiais de terceira geração. A escolha entre gramado natural e sintético deve considerar não apenas aspectos econômicos, mas principalmente a segurança e a saúde dos atletas, priorizando manutenção adequada, monitoramento médico e treinamento preventivo individualizado.

## REFERÊNCIAS

CAVINA, A. P. S.; SILVA, J. S.; PASTRE, C. M. Índice e características de lesões em jogadores de futebol. *Revista Inspirar: Movimento & Saúde*, v. 14, n. 4, p. 6–8, 2017.

COSTA, L.; TOLENTINO, M. Efeitos do gramado sintético no futebol profissional: caso brasileiro. *IE-UFRJ Discussion Paper*, n. 001, 2025.

LUNETTA, A. de; GUERRA, R. Grama natural vs. grama sintética: qual é a melhor opção para os estádios? *Revista Zenodo*, v. 8, n. 3, 2024.

QUEIROZ NETO DE FREITAS, D. R. Impactos do uso de gramados sintéticos no futebol: uma revisão da literatura. Universidade Federal de Pernambuco, 2025.

Palavras-chave: futebol; lesões; gramado sintético; gramado natural; articulação; prevenção.