RESUMO - ESPORTE

O EFEITO CLUBE: UM MODULADOR SOCIAL E COMPORTAMENTAL DO RISCO DE LESÕES EM CORREDORES DE RUA

Ellen Cristina Da Silva Medeiros (ellencsmedeiros20@gmail.com)

Siang Ferreira Chaves (siangferreira1@gmail.com)

Mabliny Thuany Gonzaga Santos (mablinysantos@gmail.com)

Adriana De Oliveira Lameira (adriana.dol.verissimo@uepa.br)

Yan Aquino Diniz (yan.aquino.diniz@gmail.com)

Introdução: Lesões musculoesqueléticas são um dos principais limitantes da participação em corrida de rua, afetando 20% a 80% dos praticantes anualmente. Embora tradicionalmente enfatizem volume e intensidade como determinantes lineares do risco, evidências recentes sugerem que lesões resultam de interações complexas entre características individuais, exposição ao treinamento, fatores psicossociais e contexto de prática. A participação em clubes e assessorias pode modificar comportamento de treino, ritmo, competitividade e tomada de decisão, mas sua relação com o risco de lesão permanece pouco esclarecida. Objetivo: Analisar se a participação em clubes de corrida aumenta o risco de lesão musculoesquelética em corredores amadores e verificar se esse efeito é mediado por variáveis de carga (volume,

frequência, duração da sessão e ritmo médio). Métodos: Estudo transversal com 97 corredores brasileiros, coletando dados sobre características individuais, participação em clube, volume semanal, frequência e duração dos treinos, ritmo médio e presença de lesões no último ano. Foram aplicadas regressão logística multivariada, análise de mediação e análise de redes (correlações de Spearman). Adotou-se $p<0,05$. O estudo foi aprovado pelo comitê de ética do Brasil (Universidade Federal de Sergipe, protocolo nº 5.286.914). Resultados: A participação em clube apresentou maior magnitude de associação com lesão (OR=3,09; IC95%: 0,99–9,68; p=0,053), indicando tendência estatística relevante. Nenhuma variável de carga apresentou associação independente com o desfecho. A análise de mediação não identificou efeitos indiretos significativos das variáveis de carga sobre a relação entre clube e lesão. A análise de redes revelou que corredores lesionados apresentaram maior desorganização das conexões entre carga, idade e competições, com o clube surgindo como um dos nós centrais. Discussão: Os achados reforçam a visão de que lesões não resultam apenas de sobrecarga mecânica, mas de interações comportamentais e sociais que modulam a exposição real ao treinamento. O clube parece atuar como modulador organizacional do comportamento, influenciando autorregulação, ritmo social e variabilidade da carga. Conclusão: A participação em clubes está associada a maior risco de lesão, independentemente das medidas tradicionais de carga. Fisioterapeutas esportivos devem considerar o contexto social e organizacional no planejamento preventivo para minimizar os riscos de lesões.

Palavras-chave: descritores: corrida; lesões esportivas; prevenção de lesões.