

RESUMO SIMPLES - REABILITAÇÃO E DESEMPENHO FUNCIONAL

**FATORES ASSOCIADOS ÀS LESÕES MUSCULOESQUELÉTICAS EM
ATLETAS: REVISÃO SISTEMÁTICA**

Fabiane Gontijo Correa (fabianecorrea@hotmail.com.br)

Diego Mendes Xavier (diegomendesxav@gmail.com)

Fernanda Queiroz Ribeiro (fernanda.queiroz@ufvjm.edu.br)

Gabriel Melo Fonseca (gabriel.melo@ufvjm.edu.br)

Vinicius Cunha De Oliveira (vcunhaoliveira@gmail.com)

Introdução:

Lesões musculoesqueléticas representam um dos principais desafios no esporte competitivo, impactando o desempenho, a disponibilidade e a carreira dos atletas. Apesar do crescimento da literatura, as evidências sobre fatores associados ao risco de lesão permanecem heterogêneas e, frequentemente, limitadas a modalidades ou desfechos específicos.

Objetivo:

Identificar, sintetizar e analisar criticamente os fatores associados à ocorrência de lesões musculoesqueléticas em atletas adultos, com base em estudos longitudinais prospectivos.

Métodos:

Trata-se de uma revisão sistemática conduzida conforme as recomendações do PRISMA, com protocolo previamente registrado no PROSPERO. Foram realizadas buscas em sete bases de dados, sem restrição de idioma ou data. Incluíram-se estudos de coorte prospectivos que investigaram fatores associados à ocorrência de lesões musculoesqueléticas em atletas ≥ 18 anos. O risco de viés foi avaliado pela ferramenta QUIPS e a certeza das evidências será avaliada pela GRADE.

Resultados:

Foram incluídos 73 estudos prospectivos, totalizando 26.270 atletas, com 5.661 atletas lesionados (21,6%) e 17.996 eventos de lesão. A maior parte dos estudos envolveu atletas de nível elite/profissional e esportes coletivos de alta demanda física, especialmente futebol, rugby e futebol australiano. O histórico prévio de lesão foi o fator mais consistentemente associado ao aumento do risco, independentemente da modalidade, nível competitivo ou tipo de lesão. Outros fatores associados incluíram idade, posição em jogo, carga de treinamento e competição, características antropométricas e déficits neuromusculares, como força excêntrica reduzida, desequilíbrios musculares e menor comprimento fascicular. Fragilidades metodológicas foram identificadas pela QUIPS, principalmente no controle de confundidores, perdas no acompanhamento e na mensuração dos fatores prognósticos.

Conclusão:

O histórico prévio de lesão emerge como o principal fator associado ao risco de novas lesões musculoesqueléticas em atletas. Estratégias preventivas devem priorizar o monitoramento da carga, a avaliação neuromuscular e a identificação de atletas previamente lesionados, considerando as limitações metodológicas da literatura atual.

Palavras-chave: palavras-chave: lesões musculoesqueléticas; lesões esportivas; fatores associados; atletas; revisão sistemática.