

ANÁLISE DAS LESÕES EM LUTADORES DE JIU JITSU: REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Autores: FERRAZ, R1; SILVA, E.W.B1; NUNES, K.R2

Filiação:

1Graduandos em Fisioterapia pelo Centro Universitário Unimetrocamp Wyden.

2Preceptor de Estágio do Centro Universitário Unimetrocamp Wyden.

INTRODUÇÃO: O jiu-jitsu é uma técnica milenar de defesa pessoal, baseada em golpes com encaixes perfeitos que buscam a finalização e imobilização do adversário. Diante de sua diversidade esses atletas estão sujeitos à lesões tanto na fase de treinamento quanto no período competitivo. **OBJETIVO:** Analisar quais são as lesões mais frequentes em lutadores da modalidade jiu-jitsu. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão bibliográfica rodada em diferentes bases de dados: Pedro, Scielo e Pubmed, os descritores utilizados nessa revisão foram lesões, jiu-jitsu e lutadores. Os critérios de inclusão foram estudos disponíveis para acesso digital, redigidos em português, inglês e espanhol. Os critérios de exclusão são outras modalidades e patologias não associadas ao jiu-jitsu não contemplando a temática estudada. **RESULTADOS:** Inicialmente foram selecionados 18 estudos, após análise e avaliação foram incluídos 5 na revisão. Observamos que dentre as principais lesões a articulação do joelho é uma das mais exigidas para os práticas desta modalidade, seguido das articulações dos ombros e mãos. **CONCLUSÃO:** Dentre as lesões no jiu-jitsu que afetam diretamente esses atletas tanto em ritmo de competição quanto em treinamento, observamos que a articulação do joelho ainda é a mais afetada seguida de ombros e mãos. Faz-se necessário pesquisas futuras sobre quais são os melhores parâmetros em relação ao treinamento e competição nas lesões esportivas de jiu-jitsu.