

ARTIGO COMPLETO - BIOMECÂNICA NO FUTEBOL DE ELITE

BIOMECÂNICA DA FASE TERMINAL DO SPRINT E SUA RELAÇÃO COM A LESÃO DE ISQUIOTIBIAIS NO FUTEBOL DE ELITE

Dianne Vitoria Araujo E Silva (dianneuninorte@gmail.com)

Mawilla Vitória Dos Santos Siqueira (mawillavitorias@gmail.com)

Maytê De Oliveira Rodrigues Pessoa (maytepessoa2@gmail.com)

Nychollas Gomes Amorim (nicholasamorim6@gmail.com)

Sara Evelin Reis Da Conceicao (sara.evelin90@gmail.com)

Thayssa Beatriz Lima Barbosa (thayssabeatriz06@gmail.com)

Joaquim Albuquerque Viana (joaquimaviana@gmail.com)

Introdução: As lesões de músculos isquiotibiais estão entre as principais formas de traumas musculoesqueléticos no futebol de elite, sendo frequentemente associadas a ações de sprint e mudanças bruscas de direção. A fase terminal do sprint (late swing phase) é considerada um dos momentos de maior vulnerabilidade biomecânica, devido à elevada tensão excêntrica exercida sobre a musculatura posterior da coxa. Objetivo: Analisar a biomecânica da fase terminal do sprint e sua relação com a incidência de lesões de isquiotibiais em jogadores de futebol de elite. Metodologia: Trata-se de uma revisão de literatura

integrativa, realizada nas bases SciELO, PubMed, Google Scholar e BDTD. Foram incluídos artigos publicados entre 2021 e 2026, disponíveis na íntegra, em português e inglês, relacionados à biomecânica do sprint e às lesões de isquiotibiais. Após aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, cinco estudos compuseram a análise final. Resultados e Discussões: Os estudos demonstraram que corridas em velocidade máxima aumentam significativamente a sobrecarga sobre os isquiotibiais, especialmente no bíceps femoral. Atletas com histórico de lesão apresentam alterações biomecânicas, déficits no controle pélvico e modificações nos ângulos de joelho e quadril durante o sprint. Além disso, fatores como fadiga muscular e alterações neuromusculares mostraram-se associados ao maior risco de recorrência das lesões. Conclusão: Conclui-se que a biomecânica da fase terminal do sprint possui relação direta com a alta incidência de lesões de isquiotibiais no futebol de elite, reforçando a importância de estratégias preventivas voltadas ao fortalecimento excêntrico, controle de carga e aperfeiçoamento técnico do sprint.

Palavras-chave: fenômenos biomecânicos; corrida; músculos isquiossurais; traumatismos em atletas; futebol.