

ARTIGO COMPLETO - BIOMECÂNICA NO FUTEBOL DE ELITE

**INTEGRAÇÃO ENTRE FISIOTERAPIA, PREPARAÇÃO FÍSICA E COMISSÃO
TÉCNICA NA REDUÇÃO DE LESÕES NO FUTEBOL DE ELITE**

Letícia Beatrice De Souza Reis (leticiareissouza732@gmail.com)

Davi Rodrigues Da Silva (davirodrigues2907@gmail.com)

Josiele Melo (melojosiele530@gmail.com)

Joaquim Viana (joaquinviana@gmail.com)

O futebol de elite apresenta elevada exigência física, aumentando significativamente o risco de lesões musculoesqueléticas em atletas profissionais. Nesse contexto, a fisioterapia esportiva torna-se fundamental na prevenção, tratamento e recuperação funcional dos jogadores. Objetivo: Analisar a importância da fisioterapia preventiva e reabilitadora no futebol e em atletas de alto rendimento. Metodologia: Trata-se de uma revisão integrativa da literatura baseada em artigos científicos relacionados à fisioterapia esportiva, prevenção de lesões e reabilitação funcional. Resultados e Discussão: Os estudos demonstraram que lesões musculares, entorses e rupturas ligamentares estão entre as mais frequentes no esporte, sendo agravadas pela sobrecarga física, fadiga muscular e intensidade dos treinamentos. Estratégias como fortalecimento muscular, exercícios proprioceptivos, treinamento

neuromuscular e programas preventivos apresentaram resultados positivos na redução de lesões e melhora do desempenho físico. Conclusão: Conclui-se que a fisioterapia esportiva possui papel essencial na preservação da saúde musculoesquelética, prevenção de lesões e retorno seguro às atividades esportivas, contribuindo diretamente para a performance e qualidade de vida dos atletas.

Palavras-chave: futebol; fisioterapia esportiva; prevenção de lesões; reabilitação funcional; atletas.