



2023



#OMELHORFUTSALDOMUNDO!

RELATÓRIO ANUAL SOBRE LESÕES



INTRODUÇÃO:

Na temporada 2022, a Liga Nacional de Futsal (LNF) voltou ao formato anterior a pandemia onde todas as equipes jogaram contra todas e em seguida disputavam os play-offs. Foram 22 equipes, 261 jogos, 10480 minutos jogados e 1234 gols.

Das 22 equipes tivemos 21 participando do estudo sobre as lesões. Mantivemos a forma de registro no modelo on-line e ao final da temporada. No início da temporada, realizamos uma reunião on-line, entre os fisioterapeutas das equipes participantes da LNF, para orientação sobre a forma de registrar as lesões e quais os dados seriam importantes. Durante a temporada cada fisioterapeuta era responsável por registrar as lesões ocorridas na sua equipe. Ao final da temporada esses dados foram reunidos e analisados.

LESÕES:

Na temporada 2022 registramos **329 lesões** (aumento de 37% em números absolutos em relação à 2021). Essas lesões ocorreram em atletas de 21 equipes que disputaram a competição. Sendo que em média ocorreram **15,7 lesões por equipe**.

Quantidades de lesões por temporada:

- 2018 – **219** lesões registradas por 18 equipes.
- 2019 – **193** lesões registradas por 15 equipes.
- 2020 – **261** lesões registradas por 21 equipes.
- 2021 – **239** lesões registradas por 19 equipes.
- **2022 – 329 lesões registradas por 21 equipes.**

Lesões por equipe:

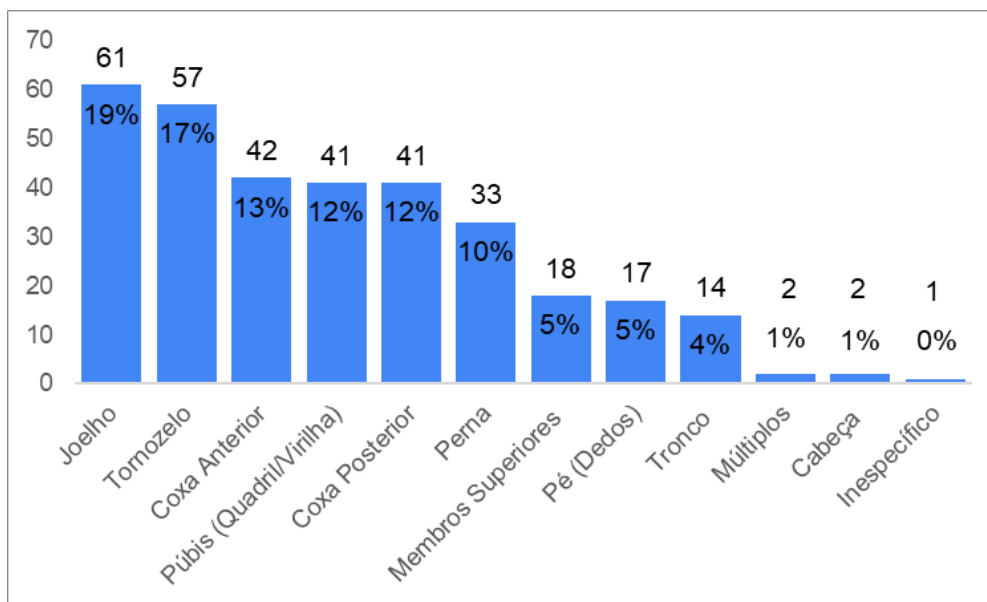
- **2018** média de **12,1** lesões por equipe;
- **2019** média de **12,9** lesões por equipe;
- **2020** média de **12,4** lesões por equipe;
- **2021** média de **12,6** lesões por equipe;
- **2022 média de 15,7 lesões por equipe**

Como dito anteriormente, nesta temporada tivemos 261 jogos (aumento de 42% em relação à última temporada) sendo a média de lesões por jogo nesta temporada de **1,26** (13 lesões a cada 10 jogos). Na comparação com anos anteriores:

- 2018 média de 1,12 (11 lesões a cada 10 jogos);
- 2019 média de 1,12 (11 lesões a cada 10 jogos);
- 2020 média de 1,67 (17 lesões a cada 10 jogos);
- 2021 média de 1,29 (13 lesões a cada 10 jogos);
- **2022 média de 1,26 (13 lesões a cada 10 jogos).**

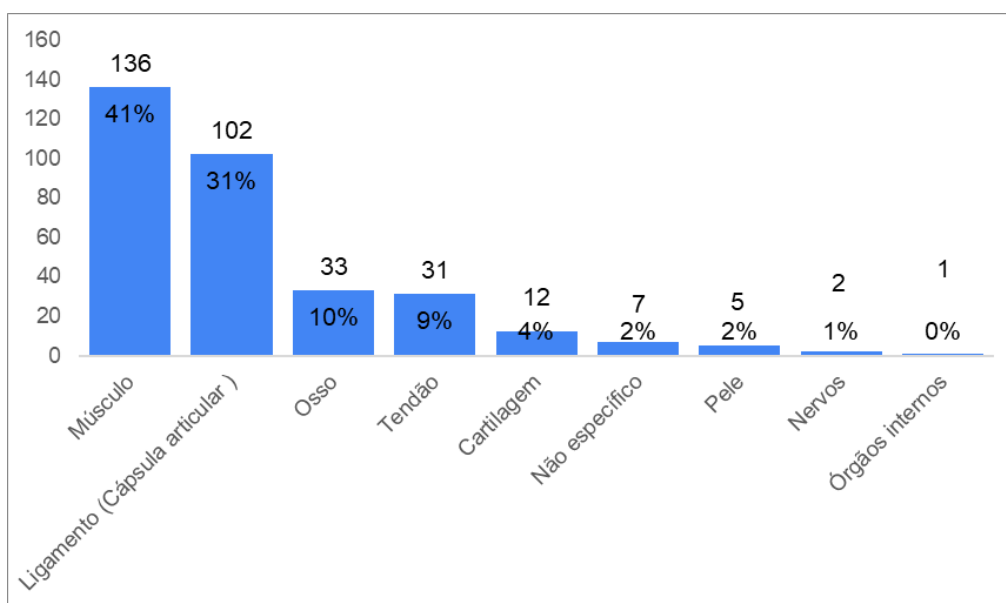
LOCAL:

Na temporada 2022 o local mais acometido por lesões foi novamente o **joelho com 61 lesões (19%)**. Em seguida o local mais acometido foi **tornozelo** com 57 lesões (17%) e em terceiro lugar **coxa anterior** com 42 lesões (13%). Não houve uma mudança do local mais acometido em relação ao ano anterior.



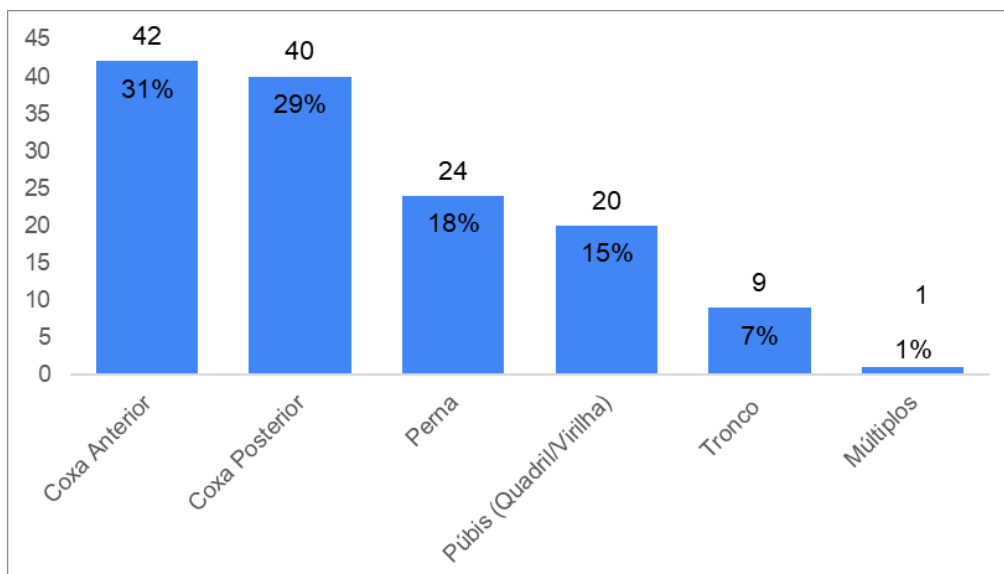
ESTRUTURA:

A estrutura mais acometida foi novamente **músculos, com 136 lesões (41%)**. **ligamentos** com 102 lesões (31%) em segundo lugar e **lesões ósseas** com 33 lesões (10%) em terceiro. Houve um aumento do percentual e dos números absolutos de lesões musculares em relação à 2021.



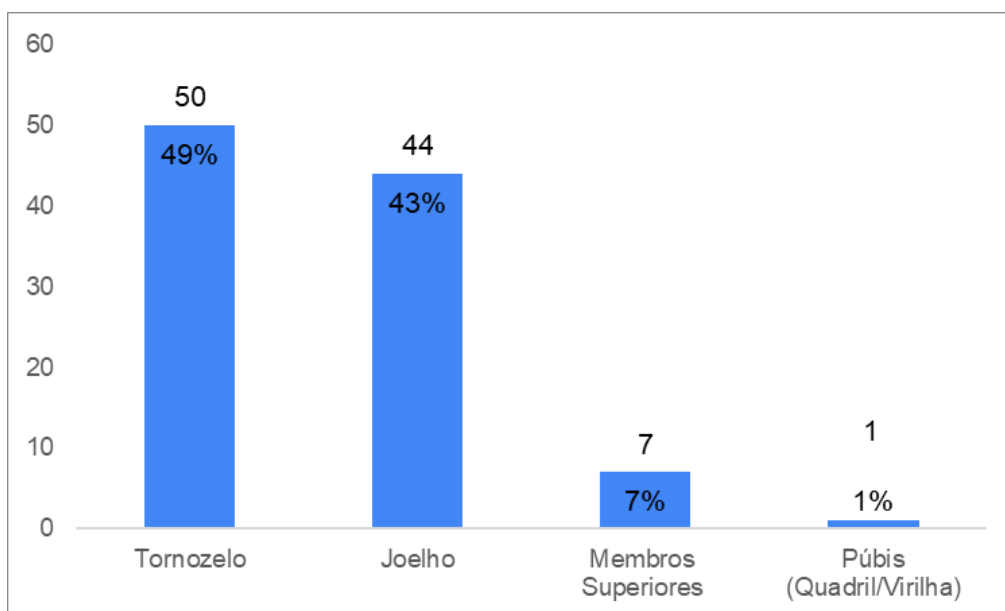
LESÕES MUSCULARES

Das 136 lesões musculares registradas, **42 (31%)** foram da região **anterior da coxa**. 40 (29%) da região **posterior da coxa** e 24 (18%) da **perna**.



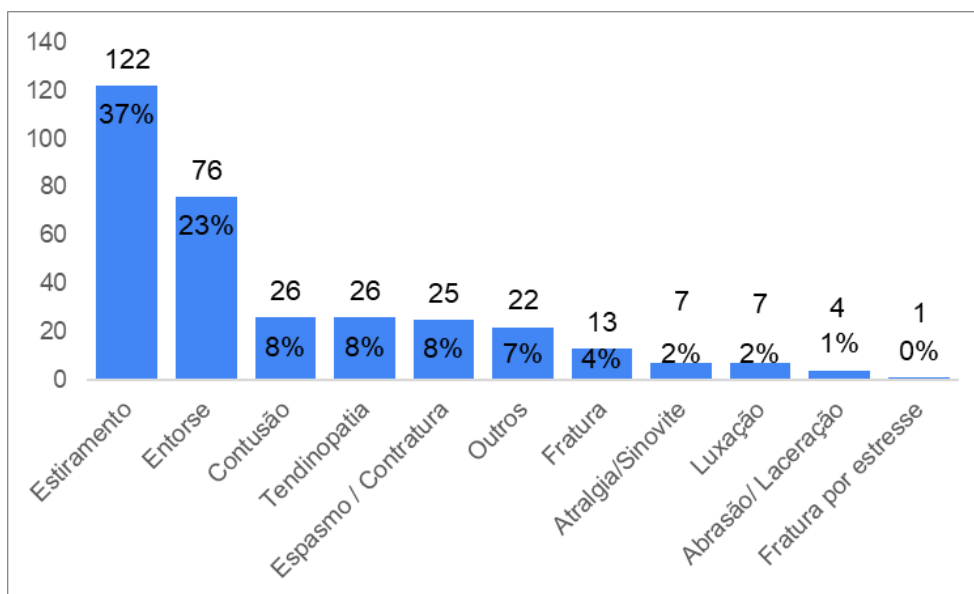
LESÕES LIGAMENTARES

Das 104 lesões ligamentares, **50 (49%)** foram no **tornozelo** e 44 (43%) foram no **joelho**.



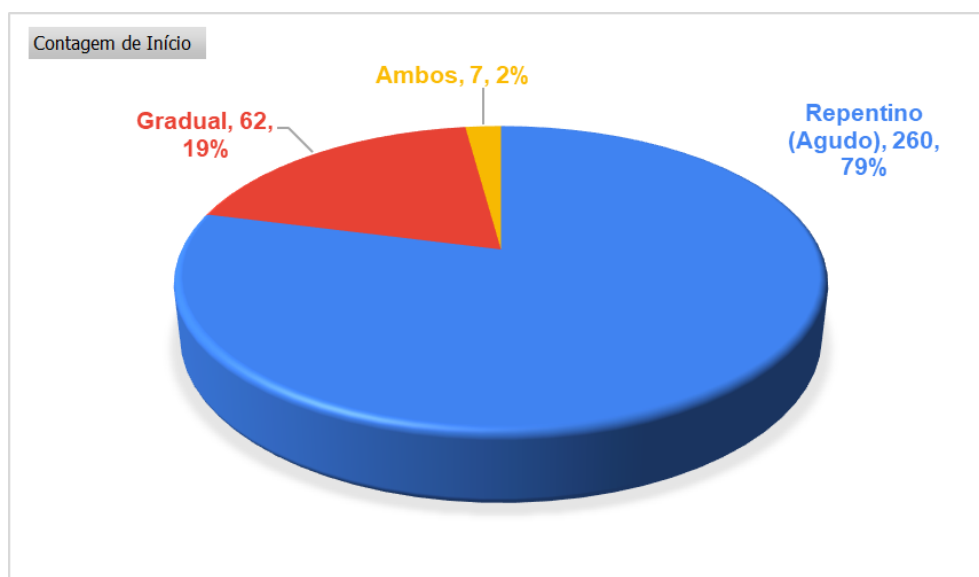
TIPO DE LESÃO:

Nesta temporada o tipo de lesão mais frequente foi o **estiramento com 122 lesões (37%)**. Em seguida, **entorse** com 76 lesões (23%) e em terceiro lugar, **tendinopatia** com 26 lesões (8%). Nesta temporada as lesões tendinopatia tiveram maior presença em relação aos anos anteriores.



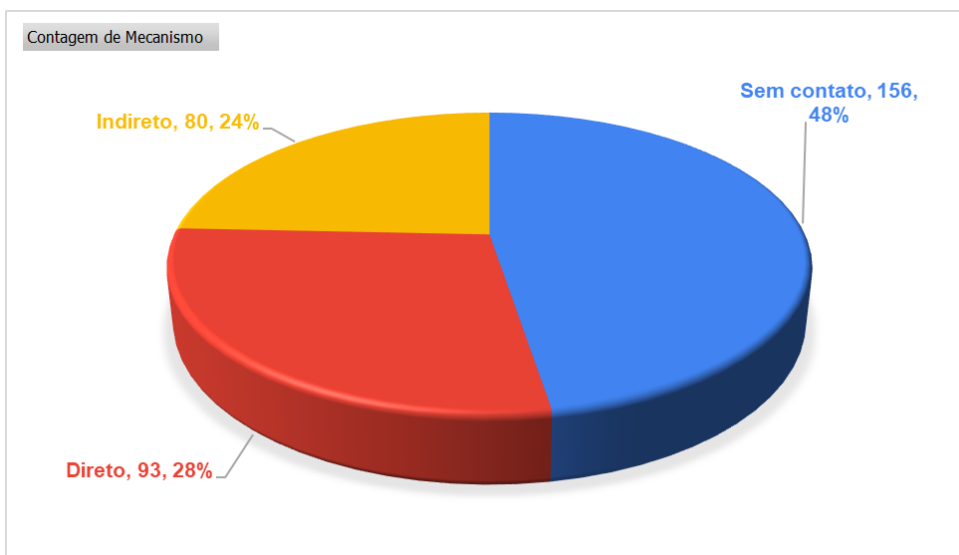
FORMA DE INÍCIO DA LESÃO:

A principal forma de início das lesões foi novamente **aguda com 260 (79%)**. Similar à temporada anterior.

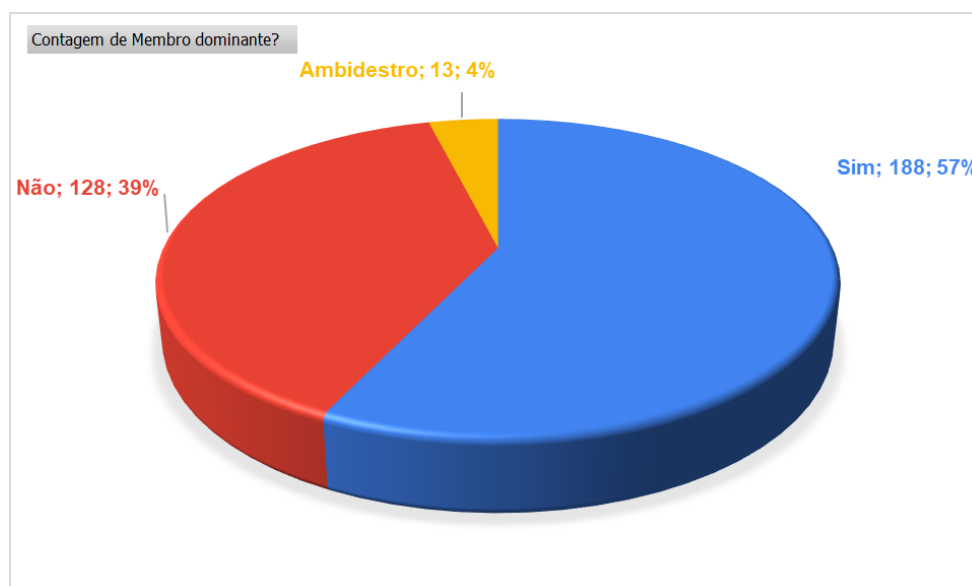


MECANISMO:

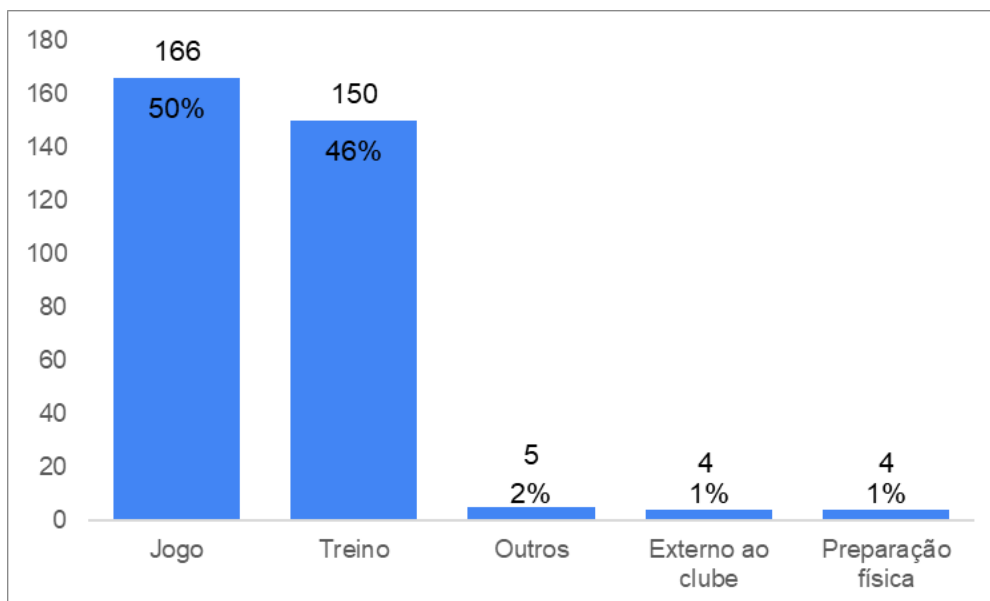
O principal mecanismo de lesão foi **sem contato com 156 lesões (48%)**. Em segundo lugar por **contato direto 93 lesões (28%)** e terceiro por **contato indireto 80 lesões (24%)**. Resultados similares à temporada anterior.

**DOMINÂNCIA:**

Novamente o **lado dominante foi mais acometido com 141 lesões (59%)**. Resultados similares à temporada anterior.

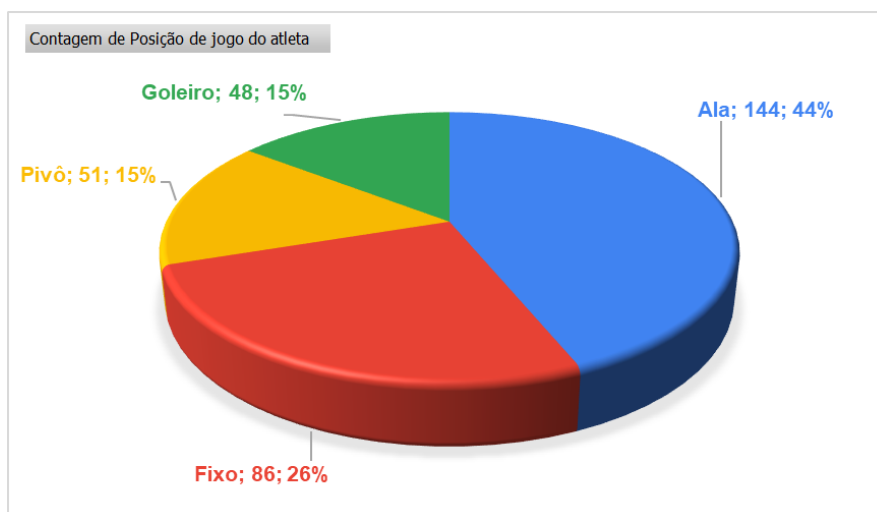
**SITUAÇÃO:**

A principal situação em que ocorreram lesões foi durante os **jogos, 166 lesões (50%)**. A segunda situação mais frequente foi durante os treinos, **150 lesões (46%)**.



POSIÇÃO DE JOGO:

A distribuição das lesões pelas posições de jogo foi similar aos anos anteriores, sendo que os **alas** foram os atletas mais acometidos com **144 lesões (44%)**. Em segundo lugar os fixos com 86 lesões (26%). E em terceiro os pivôs com 51 lesões (15%). É importante ressaltar que os alas não foram separados entre alas destros e canhotos.



TIPO DE LESÃO POR POSIÇÃO

Em uma análise mais detalhada, foi destacado as **3 principais lesões** de cada **posição**. Existem pequenas diferenças entre elas.

Posição/ Tipo de lesão	Quantidade de lesões
Ala	144
Estiramento	59
Entorse	31
Tendinopatia	16
Fixo	86
Estiramento	31
Entorse	20
Contusão	11
Pivô	51
Estiramento	21
Entorse	11
Espasmo / Contratura	5
Goleiro	48
Entorse	14
Estiramento	11
Contusão	6

Tabela 1 - Descritiva do tipo de lesão de acordo com a posição de jogo

AFASTAMENTO

As 329 lesões desta temporada causaram **8709** dias de afastamento (no total). Cada lesão deixava o atleta afastado em média **27** dias, sendo que somente as **lesões de joelho** causaram afastamento de **3419** dias. Lesões de tornozelo, a segunda com mais afastamento, causou **868** dias de afastamento. Considerando os valores médios, as lesões de **joelho** também deixaram mais tempo afastado. As lesões de **membros superiores** ficaram em segundo lugar quando se compara médias.

Local	Tempo de afastamento total (dias)	Tempo de afastamento médio (dias)	Quantidade
Joelho	3419	58	61
Tornozelo	868	16	57
Coxa Anterior	846	20	42
Perna	791	24	33
Coxa Posterior	786	19	41
Membros Superiores	747	42	18
Púbis (Quadril/Virilha)	647	16	41
Pé (Dedos)	337	20	17
Tronco	156	11	14
Inespecífico	45	45	1
Cabeça	37	19	2
Múltiplos	30	15	2
Total	8709	27	329

Tabela 2- Tempo de afastamento total, médio e quantidade de lesões de acordo com cada local lesionado

CONCLUSÃO:

Na temporada 2022 percebemos pequenas alteração em relação aos anos anteriores, tanto na quantidade quanto no perfil das lesões presentes na LNF.

Em números absolutos foram registradas mais lesões desde o início da coleta de dados em 2018. Entretanto, a média de lesões por equipe, se manteve similar a anos anteriores. A média de lesões por jogos da LNF (considerando todas as lesões), foi similar aos outros anos.

Novamente os músculos foram a estrutura mais acometida e desta vez, os flexores do quadril foram os mais prejudicados por lesões. Entretanto o local mais acometido nesta temporada foi a articulação do joelho.

Com os dados sobre tempo de afastamento podemos entender melhor não somente a quantidade de lesões, mas o impacto que elas causam na modalidade. Por esse estudo podemos perceber que lesões de joelho, além de serem as mais frequentes, também geram mais tempo de afastamento (seja pela média ou tempo total). Isso demonstra a importância que essa articulação tem no futsal. Desta forma, fisioterapeutas, preparadores físicos e todos os profissionais envolvidos na prevenção de lesões devem focar no joelho para melhorar a disponibilidade de atletas para a equipe.

Gostaria de agradecer a participação e colaboração de todos os fisioterapeutas da LNF com esse projeto. Quanto mais equipes participantes mais fidedigna será as respostas obtidas.

Continuamos com o projeto para a temporada de 2023.

Atenciosamente,

Felipe Ribeiro Pereira – Fisioterapeuta Minas Tênis Clube.

Com colaboração de:

Cristiano Henzel (ACBF); **Angelo Cattani** (Assoeva); **Diogo Tapia e Cerineu Araldi** (Atlântico); **Lucas Vargas** (ACMF); **Juliano** (Cascavel); **Victor Campos** (Corinthians); **Erik Berttuchi** (Intelli); **Anderson Kirihara** (Foz); **Wilson Junior** (Jaraguá); **Wan Rabuske**(Joaçaba); **Ricardo Bertoldo** (Joinville); **Renan Luiz** (Magnus); **Alaercio Feria** (Marechal); **Fabiano Girardi** (Marreco); **William Araujo** (Pato); **Rafael** (Praia); **Luiz Phillipe** (São José); **Junior Campos** (Taubaté); **Eduardo Bizzi** (Tubarão) e **Luciano Menegasso** (Umuarama).