

A EFETIVIDADE DA FISIOTERAPIA NA PREVENÇÃO DE FRATURAS POR ESTRESSE EM CORREDORES (APOIO UNIP)

Alunos: Grazyelle de Souza e Hariel Vinicius da Rocha Domingos

Orientador: Prof. Dr. Rainier Antonio Queiroz Chagas Junior

Curso: Fisioterapia

Campus: Bauru

O trabalho apresentado busca verificar a atuação da fisioterapia na prevenção de fraturas por estresse, verificando os fatores extrínsecos e intrínsecos que podem influenciar no aparecimento dessas lesões na população de corredores. A ascensão dos exercícios físicos em promoção de saúde tem se tornado cada vez mais evidentes, fazendo-se necessária a discussão de seus efeitos na vida de seus participantes. A corrida é um desses esportes em ascensão, mas proporcional ao seu aumento, as lesões que acompanham essa classe têm se tornado cada vez mais presentes. As fraturas por estresse são facilmente encontradas em esportes que exigem um uso excessivo da estrutura, como é o caso das corridas; os corredores se encontram na classe atingida por essas fraturas devido a exigência que a corrida impõe ao corpo. Embora estudos estejam sendo realizados nessa área, o assunto ainda segue em defasagem de conhecimento, o que torna necessária a realização de mais estudos em função das fraturas por estresse, não só em corredores, mas em atletas no geral. É importante ainda atentarmos para a necessidade do fisioterapeuta no ramo da prevenção, traçando um modelo eficiente para a orientação de corredores, a fim de promover maior qualidade na prática do esporte, evitando assim a ocorrência das fraturas. O objetivo principal desta revisão sistematizada foi examinar as evidências encontradas a respeito de fraturas por estresse em corredores e a efetividade da fisioterapia na prevenção dessas fraturas, sendo consideradas suas causas, a população mais atingida e, por fim, sua prevenção. Embora os achados ainda sejam insuficientes, conseguimos absorver informações sobre como essa patologia se manifesta a fim de preveni-la, o que torna importante a avaliação do fisioterapeuta no processo de adaptação ao esporte, a avaliação

de postura, a pisada e também o tipo de sapato utilizado para a prática, pois todos esses fatores são considerados causadores extrínsecos da fratura por estresse. Cabe deixar claro que ainda se faz necessário maiores estudos para que o assunto seja abordado de forma mais eficaz.