

A IMPORTÂNCIA DA FISIOTERAPIA DESPORTIVA NA PREVENÇÃO DE LESÕES DO MANGUITO ROTADOR EM NADADORES

THE IMPORTANCE OF SPORTS PHYSIOTHERAPY IN PREVENTING ROTATOR CUFF INJURIES IN SWIMMERS

Sandrielly Nunes De Melo¹, Gabriely Vitória Freire da Silva¹,
Nylene Maria Rodrigues da Silva¹, Cleyton Anderson Leite Feitosa¹

¹Faculdade de Integração do Sertão – FIS, Serra Talhada-PE, Brasil.

Resumo

Introdução: A glenoumeral é a articulação que apresenta maior mobilidade no corpo, sua estabilidade está intimamente ligada ao manguito rotador, composto pelos músculos subescapular, supraespinhal, infraespinhal e redondo menor. Diante disso, os movimentos repetitivos no qual os membros superiores estão acima da cabeça, como na natação, exigem função integrada das estruturas musculares do manguito, que sem a preparação adequada, resultam em maior potencial de lesão. **Objetivo:** Demonstrar a importância da prevenção fisioterapêutica na redução de lesões do manguito rotador em atletas de natação. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão de literatura, na qual foram realizadas buscas na base de dados BVS, na qual inclui SCIELO, LILACS e MEDLINE. Foram incluídos artigos que apresentassem lesões desportivas de ombro na natação, seus mecanismos de lesões e prevenção fisioterapêutica, sendo excluídos aqueles que não atendessem aos critérios de inclusão estabelecidos. **Resultados:** Na base de dados pesquisada, retornou 21 artigos para revisão, nos quais apenas 5 foram selecionados para compor esta revisão. A repetição de movimentos, o treinamento intenso, o desequilíbrio muscular e o uso incorreto das técnicas, são responsáveis pelos elevados índices de lesões nesses atletas. A fisioterapia possui papel significativo na prevenção dessas lesões, com as seguintes propostas preventivas: Fortalecimento, flexibilidade e propriocepção, objetivando melhorar o desempenho do atleta, condicionamento físico e resistência do tecido muscular. **Conclusão:** As lesões esportivas promovem alterações no desempenho dos atletas e um possível afastamento. Dessa forma, a fisioterapia desportiva atua prevenindo essas lesões proporcionando um maior equilíbrio muscular e condicionamento para a prática esportiva, sem maiores riscos de laceração.

Palavras-Chave: Lesões. Manguito Rotador. Natação. Prevenção.

Recebido: 06/05/2023

Aprovado: 09/05/2023