

PRINCIPAIS LESÕES DE ATLETAS DO JIU JITSU E A ATRIBUIÇÃO DO FISIOTERAPEUTA NA PREVENÇÃO E REABILITAÇÃO DE LESÕES: UMA REVISÃO DE LITERATURA

Thais Regina Sales Queiroz¹; Suelen Cristina da Silva Poy²

¹Graduanda em Fisioterapia pela (FAMAM). thaisqueirooz30@gmail.com; ²Mestra em Processos Interativos dos Órgãos e Sistemas (UFBA), FAMAM, suelencsfisio@gmail.com.

Nos últimos anos pôde-se observar um crescente número de praticantes de Jiu-jítsu (JJ). A intensão da luta é de forçar a desistência do adversário com técnicas, dentre elas arremessos, imobilizações, desequilíbrios, estrangulamentos e chaves aplicadas às articulações do corpo. A grande frequência de lesões nos praticantes de lutas demonstra a necessidade urgente de estudos de seus fatores de risco como pré-requisito para o desenvolvimento de programas de prevenção. Devido ao crescente número de participantes, à competitividade e às lesões, o fisioterapeuta é um profissional muito procurado pelos atletas, tanto para a prevenção quanto para a reabilitação. O objetivo do estudo foi analisar as principais lesões musculoesqueléticas que ocorrem em lutadores de jiu-jítsu, assim como, as formas de atuação da fisioterapia tanto na prevenção quanto no tratamento das lesões. Foi realizada uma revisão bibliográfica de natureza qualitativa, onde foram lidos ao todo 21 artigos, onde 14 foram selecionados para a construção da revisão. Encontrou-se diferentes autores, os mecanismos de lesões através das técnicas, além das incidências. De acordo com as evidências, tanto a prevenção e reabilitação podem ser tratadas com o método Pilates, evitando assim, o aparecimento de complicações. A reabilitação funcional é a forma mais comum de atuação do fisioterapeuta esportivo, onde o seu principal objetivo é preparar o atleta para voltar a atividade, devendo ser feito a Eletroterapia, Termoterapia, Fototerapia, Cinesioterapia, dentre outros. Foi possível constatar que o Pilates pode ser uma ferramenta eficaz na reabilitação, pós reabilitação e na prevenção de lesões, incluindo outras condutas no tratamento fisioterapêutico.

Palavras-chave: Fisioterapia Desportiva. Lesões em atletas. Lesões de praticantes do jiu-jítsu.