



**FACULDADE UNIÃO DE GOYAZES
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**ÍNDICE DE LESÃO EM ATLETAS DE JIU-JITSU EM RELAÇÃO AOS
ATLETAS DE MUAY THAI NO MUNICÍPIO DE INHUMAS - GO:**

**Análise comparativa de lesões em atletas de jiu-jítsu em relação aos
atletas de muaythai**

Johnathan da Silva Carvalho

Junio Wanderson de Avelino

Vitor Hugo Gonçalves Pereira

Orientador: Prof. Vinicius Ramos Rezende

Trindade - GO

2018

**FACULDADE UNIÃO DE GOYAZES
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**ÍNDICE DE LESÃO EM ATLETAS DE JIU-JITSU EM RELAÇÃO AOS
ATLETAS DE MUAY THAI NO MUNICÍPIO DE INHUMAS - GO:**

**Análise comparativa de lesões em atletas de jiu-jítsu em relação aos
atletas de muay thai**

**Johnathan da Silva Carvalho
Junio Wanderson de Avelino
Vitor Hugo Gonçalves Pereira**

**Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado à Faculdade União de
Goyazes como requisito parcial à
obtenção do título de Bacharel em
Educação Física.**

Orientador: Prof. Vinicius Ramos Rezende

**Trindade - GO
2018**

Johnathan da Silva Carvalho
Junio Wanderson de Avelino
Vitor Hugo Gonçalves Pereira

**ÍNDICE DE LESÃO EM ATLETAS DE JIU-JITSU EM RELAÇÃO AOS
ATLETAS DE MUAY THAI NO MUNICÍPIO DE INHUMAS - GO:**

**Análise comparativa de lesões em atletas de jiu-jítsu em relação aos
atletas de muay thai**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado à Faculdade União de
Goyazes como requisito parcial à
obtenção do título de Bacharel em
Educação Física, aprovada pela
seguinte banca examinadora:

Prof. Especialista. Vinicius Ramos Rezende
Faculdade União de Goyazes FUG

Prof. Mestre. Taysa Cristina dos Santos Neiva
Faculdade União de Goyazes FUG

Prof. Especialista. Luana Cristina Vieira Martins
Prefeitura Municipal de Trindade – GO

Trindade - GO
2018

ÍNDICE DE LESÃO EM ATLETAS DE JIU-JITSU EM RELAÇÃO AOS ATLETAS DE MUAY THAI NO MUNICÍPIO DE INHUMAS - GO

Johnathan da Silva Carvalho¹

Junio Wanderson de Avelino¹

Vitor Hugo Gonçalves Pereira¹

Vinicius Ramos Rezende²

RESUMO

Introdução: O jiu-jítsu ou “arte suave” se baseia nos princípios de equilíbrio do sistema de articulação do corpo e das alavancas. O muay thai é uma arte milenar originária na Tailândia conhecida como a arte dos oito membros, onde se utiliza punhos, cotovelos, joelhos e pés, promovendo melhor desenvolvimento físico e mental. **Objetivo:** Verificar maior índice de lesão em atletas de jiu-jítsu em relação aos atletas de muay thai no município de Inhumas – GO. **Metodologia:** A população desse estudo é de praticantes de jiu-jítsu e muay thai, com idade entre 18 e 60 anos e a amostra é de 100 indivíduos devidamente matriculados nas academias onde o estudo é realizado, no qual é aplicado o Termo de Consentimento Livre Esclarecido e um questionário referente a lesões. **Resultados:** O jiu-jítsu apontou maior índice de lesão em relação ao muay thai, o sexo masculino apontou maior prevalência de lesão em ambas as modalidades, a faixa etária com maior índice de lesão no muay thai foi dos 18 aos 30 anos e no jiu-jítsu apontou dos 31 aos 60 anos e O maior índice de restrição física foi apontado no jiu-jítsu. **Conclusão:** Este estudo favorece uma melhor compreensão a pesquisadores que procuram um conhecimento verídico e confiável, pois é necessário que esse conhecimento seja mais amplo em relação às lesões nos esportes de combate.

PALAVRAS-CHAVE: Lesão. Lutas. Jiu-jítsu. Muay thai.

INDEX OF INJURY IN JIU-JITSU ATHLETES IN RELATION TO MUAY THAI ATHLETES IN THE CITY OF INHUMAS - GO

ABSTRACT

Introduction: Jiu-jitsu or "soft art" is based on the balance principles of the body's joint system and levers. Muay Thai is an ancient Thai art known as the art of eight limbs, where it uses wrists, elbows, knees and feet, promoting better physical and mental development. **Objective:** to verify a higher injury rate in jiu-jitsu athletes in relation to the muay thai athletes in the city of Inhumas - GO. **Methodology:** The population of this study is of Jiu-Jitsu and Muay Thai practitioners, aged between 18 and 60 years and the sample is 100 individuals duly enrolled in the academies where the study is carried out, in which the Free Consent Form Clarified and a questionnaire regarding injuries. **Results:** Jiu-jitsu had a higher injury rate than muay thai, the male gender showed a higher prevalence of injury in both modalities, the age group with the highest lesion rate in the muay thai was from 18 to 30 years and in the jiu jitsu pointed from 31 to 60 years and the highest index of physical restriction was pointed out in jiu jitsu. **Conclusion:** This study favors a better understanding for researchers looking for a truthful and reliable knowledge, as it is necessary for this knowledge to be broader in relation to injuries in combat sports.

KEYWORDS: Injury. Fights. Jiu Jitsu. Muay Thai

² Acadêmico do Curso de Educação Física da Faculdade União de Goyazes

Orientador: Prof. Esp. Vinicius Ramos Rezende, Faculdade União de Goyazes; outras instituições

INTRODUÇÃO

O termo arte marcial significa arte da guerra, pois as artes marciais se originaram da necessidade de auto defesa há muitos séculos atrás (CAMPOS, 2015).

A necessidade de um treinamento físico e específico em lutas foi adquirida através da luta entre tribos, onde, para obter melhor resultado nos combates, as habilidades necessárias eram treinadas nos tempos de paz (HIRATA & DEL VECCHIO, 2006).

Atualmente, os esportes de luta estão ganhando cada vez mais espaço, sendo que em nosso país sua credibilidade cresce com a mesma proporção do sucesso dos lutadores brasileiros ao redor do mundo (TOBAJA et al, 2007).

A prática de artes marciais tem aumentado especialmente entre os jovens, e o envolvimento sistemático com essas modalidades tem sido associado a benefícios como o aumento da capacidade aeróbia e da densidade óssea, que são análogos aos benefícios conseguidos com a prática de atividades aeróbias de longa duração (MORATTI et al, 2013).

O jiu-jítsu vem do termo "arte suave" é fundamentado em uma filosofia que prega o predomínio de suas técnicas de luta sobre a imposição da "força bruta", pois prioriza o uso de princípios biomecânicos que visam aperfeiçoar a força muscular do praticante, anular a do oponente, ou até mesmo utilizar as valências físicas deste contra ele próprio (IDE & PADILHA, 2005).

Segundo historiadores o jiu-jítsu se originou nas montanhas da Índia há 2500 anos e era praticado por monges budistas, preocupados com a auto defesa, desenvolveram uma técnica baseada nos princípios do equilíbrio, do sistema de articulação do corpo e das alavancas, evitando o uso da força e de armas (DE OLIVEIRA CORSO & GRESS, 2013).

Por volta de 1914, a luta chegou ao Brasil por meio do professor e campeão mundial Konsei Maeda, conhecido como Conde Koma, que em Belém do Pará passou a ensinar a Carlos Gracie, que ao chegar ao Rio de Janeiro em 1920 acompanhado de seus irmãos mais novos, fundou a primeira academia de jiu-jítsu do Brasil (OLIVEIRA et al, 2008).

De acordo com (IDE & PADILHA 2005), o jiu-jítsu desportivo abrange uma gama de seis técnicas permitidas em competições que são projeções,

imobilizações, pinçamentos, chaves, torções e estrangulamentos que são fundamentadas em princípios biomecânicos e podem causar sérios traumas aos adversários quando aplicadas com toda sua magnitude.

O muay thai, também conhecido como Boxe Tailandês, é um estilo de luta dinâmica, de origem tailandesa, que existe há 2000 anos e consiste na utilização de uma infinidade de golpes com o objetivo de levar o oponente a nocaute (BARON et al, 2016).

A modalidade chega ao Brasil no final da década de 70 trazida pelo instrutor Grão-Mestre Nélcio Naja (ALVES & MARIANO, 2007).

O muay thai é considerado como a arte dos oito membros, onde são utilizados golpes com punhos, cotovelos, joelhos e pés (SOUSA, DE OLIVEIRA TEIXEIRA & SABINO, 2017).

Além disso, nessa luta são aplicadas técnicas de clinch e arremesso e durante os treinos o praticante não aprende só a dar golpes como também a recebê-los, pois durante sua prática a defesa de um golpe é um novo ataque ou uma defesa seguida de um ataque seguidamente (TOBAJA et al, 2007).

O muay thai desportivo é uma atividade física que promove excelente condicionamento físico e também estimula a mente, devido às técnicas aplicadas, que requerem não somente força corporal, mas autocontrole e autoconhecimento (DA SILVA, 2015).

A melhora da velocidade de movimento, da força, da resistência e de flexibilidade é de grande importância para tolerar o desgaste físico e a aplicação do golpe, além de serem valências importantes para prevenir lesões tanto no treinamento quanto na hora do combate (SOUSA, DE OLIVEIRA TEIXEIRA & SABINO, 2017).

Tais lesões que podem ser consideradas como o principal fator de afastamento de atletas da sua modalidade esportiva, pois influencia diretamente no seu desempenho físico e técnico, além dos possíveis prejuízos psicológicos, já que a recuperação pode ser demorada, exigindo deles paciência e cautela para retornar à atividade e consequentemente, a equipe também é prejudicada (BELTRANI FILHO et al, 2010).

As causas dessas lesões são os fortes impactos dos golpes, além disso, as lesões podem ocorrer nos treinos, devido à alta intensidade dos exercícios de preparação física dos atletas. Com isso o número de praticantes que

desistem facilmente dessas modalidades também vem crescendo muito, alguns por falta de motivação, outros por causa da rotina de trabalho, e outros por conta de lesões que é muito comum em esporte de combate.

Quando se conhece essas causas que levam ao aumento da incidência na ocorrência na lesão desportiva é possível adotar medidas de prevenção ou de cura para reduzir os problemas daí advindos (SIMÕES, 2005).

Essa ideia de acordo com (NUNES 2015) implica o pressuposto dos fatores causais na ocorrência do dano durante a prática de atividade física, mas também aponta os meios de evitá-lo ou diminuí-lo, por isso é essencial que fisioterapeutas, educadores físicos e demais profissionais envolvidos com atividades físicas tenham conhecimento dos fatores causais agravantes, para acessarem as ações preventivas.

A preocupação e os riscos de lesões nessas modalidades fizeram através desta pesquisa levantar a problemática questão de análise comparativa de lesões em praticantes de jiu-jítsu em relação a praticantes de muay thai na cidade de Inhumas – GO, no qual têm o objetivo principal de analisar e verificar o índice de lesões em praticantes de jiu-jítsu em relação os atletas de muay thai, ou seja, identificar em qual dessas duas modalidades há uma maior prevalência de lesões.

Onde o intuito é identificar os tipos de lesões mais frequentes em ambas as modalidades citadas na pesquisa; verificar qual faixa etária que mais ocorre lesão também em ambas as modalidades; identificar em qual sexo há uma maior prevalência de lesão, ou seja, se essas lesões são mais frequentes em homens ou mais frequente em mulheres nas duas modalidades alvo da pesquisa e por fim investigar se já existe alguma restrição física que o praticante das modalidades deve ter durante a prática das lutas, ou seja, se essas lesões impossibilitam o atleta / praticante de treinar por um curto ou longo período de tempo.

MATERIAIS E MÉTODOS

Essa pesquisa é considerada um estudo de campo descritivo, exploratório, qualitativo e quantitativo, onde é feito uma coleta de dados e análises comparativa, permitindo então, uma conclusão observacional do

presente estudo. A população alvo dessa pesquisa é de indivíduos praticantes de jiu-jítsu e praticantes de muay thai, com idades entre 18 e 60 anos. Já a amostra é de 100 indivíduos, devidamente matriculados em seis academias localizadas no município de Inhumas – GO:

- Local 1 - Arte Fitness: 8 indivíduos devidamente matriculados;
- Local 2 - Cia do corpo: 12 indivíduos devidamente matriculados;
- Local 3 - Espaço Fitness: 10 indivíduos devidamente matriculados;
- Local 4 - Team Barbosa: 17 indivíduos devidamente matriculados;
- Local 5 - Centro de Treinamento Fernandes: 42 indivíduos devidamente matriculados;
- Local 6 - Rilion Gracie: 11 indivíduos devidamente matriculados;

Para o cálculo da amostra foi considerado 100 indivíduos devidamente matriculados nos locais de estudo. Considerando o nível de significância de 5% com intervalo de confiança de 95%. O tamanho do calculo é de 80 indivíduos.

Tamanho da população (para o fator de correção da população finita ou $f_{cp}(N)$): 100

frequência % hipotética do fator do resultado na população (p): 50%+/- 5

Limites de confiança como % de 100(absoluto +/-%)(d): 5%

Efeito de desenho (para inquéritos em grupo- $EDFF$): 1

Tamanho da Amostra(n) para vários Níveis de Confiança

Intervalo	Confiança (%)	Tamanho da amostra
95%		80
80%		63
90%		74
97%		83
99%		88
99.9%		92
99.99%		94

Equação

Tamanho da amostra $n = [EDFF * Np(1-p)] / [(d^2/Z^2_{1-\alpha/2} * (N-1) + p*(1-p)]$

Com a avaliação e a aprovação do Comitê de Ética e Pesquisa (CEP), os participantes foram contatados nas academias onde o estudo era realizado, no qual, foi entregue o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) (anexo I) em duas vias em local reservado para garantir a privacidade do participante e em seguida foi aplicado um questionário (anexo II) adaptado de

(CARPEGIANI et al 2004) com 10 perguntas fechadas relacionado às lesões da modalidade no qual o indivíduo pratica, ou seja, o praticante de jiu-jítsu respondeu o questionário relacionado a lesões no jiu-jítsu e o praticante de muay thai respondeu um questionário relacionado a lesões no muay thai. Logo após toda a coleta finalizada, partiu-se para uma análise comparativa e estatística desses dados coletados, a fim de buscar um resultado para esse estudo e finalizá-lo.

RESULTADOS

A pesquisa estava sendo programada para 100 indivíduos devidamente matriculados nas academias, porém 41 indivíduos se ausentaram da pesquisa por não estarem presentes no local (faltas) e outros por desistência da pesquisa. No entanto foram avaliados 59 atletas no total, sendo destes, 30 são praticantes de jiu-jítsu e 29 são praticantes de muay thai.

Foi constatado que dos atletas do sexo masculino que praticam muay thai 24,13% sofreram um tipo de lesão e 24,13% não possui lesão. Os atletas do sexo feminino apresentaram 10,34% algum tipo de lesão e 41,37% não relataram o registro de lesão ocorrida com a prática de muay thai. Conforme apresentado na tabela 1.

Onde o número de lesões por atleta foi em média 0,5 para sexo masculino e 0,2 para sexo feminino e o desvio padrão em relação aos atletas que registraram algum tipo de lesão foram de 0,51 para sexo masculino e 0,41 para sexo feminino.

Tabela 1 – Relação de atletas que praticam muay thai com ou sem lesão.

Ocorrência de lesão	Sexo	Número de atletas	% atletas
Com lesão	Masculino	7	24,13
	Feminino	3	10,34
Sem Lesão	Masculino	7	24,13
	Feminino	12	41,37
	Total	29	100
Lesões por atleta		Média	
Masculino		0,5	
Feminino		0,2	
Lesões por atleta		Desvio Padrão	
Masculino		0,51	

O gráfico 1 descreve a quantidade de lesões registradas dos atletas que treinam muay thai. O maior índice registrado foi o de contusão. Em seguida foi indicado que os atletas sofreram uma entorse. Nota-se que existe uma quantidade de atletas que não procuram acompanhamento médico, com isso apresentam lesões, porém sem diagnóstico.

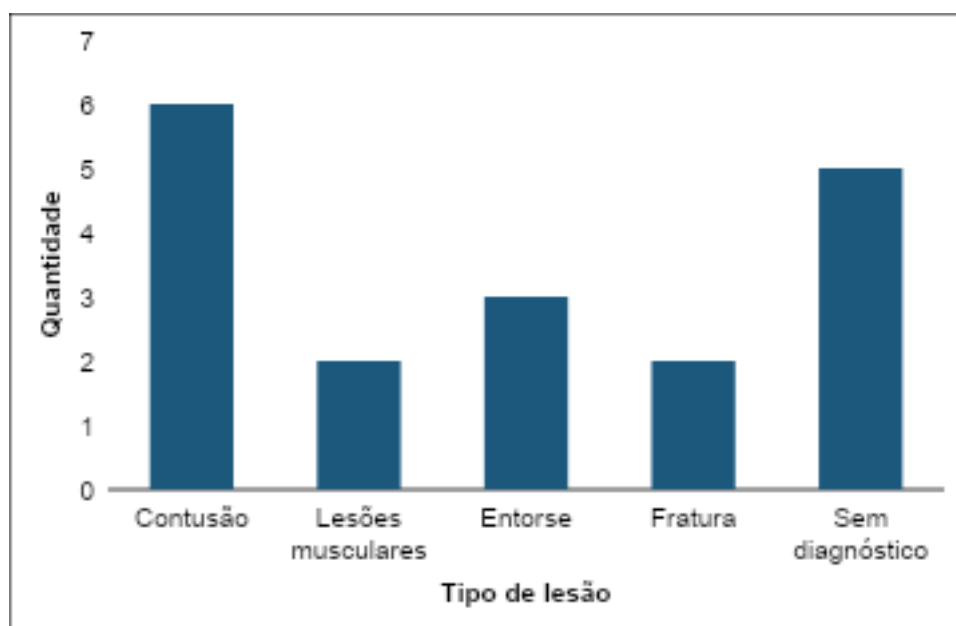


Gráfico 1– Relação de tipo de lesão ocorrida na pratica de muay thai

Em análise dos atletas que praticam jiu-jítsu, este estudo investigou a situação de 30 pessoas.

De acordo com a Tabela 2 os atletas que sofreram lesão do sexo masculino foram 63,33%. Já no sexo feminino foi registrada uma porcentagem de 3,33%. Os dados apresentados relatam que o maior índice de lesão ocorre no sexo masculino.

A média obtida com o registro de lesões ocorridas nos atletas é de 1,36 para o sexo masculino e 0,25 para o sexo feminino e o desvio padrão é de 0,42 em atletas do sexo masculino e 0,38 em atletas do sexo feminino.

Tabela 2 – Relação de atletas que praticam jiu-jítsu com ou sem lesão.

Ocorrência de lesão	Sexo	Número de atletas	% atletas
Com lesão	Masculino	19	63,33
	Feminino	1	3,33
Sem Lesão	Masculino	7	23,33
	Feminino	3	10
	Total	30	100
Lesões por atleta		Média	
Masculino		1,36	
Feminino		0,25	
Lesões por atleta		Desvio padrão	
Masculino		0,42	
Feminino		0,38	

O gráfico 2 aborda a quantidade de ocorrência de lesões com a pratica de jiu-jítsu. O maior índice registrado foi de luxações nos atletas. Em seguida percebe-se que ocorre uma taxa próxima entre o número de contusão e entorse. O mesmo acontece com as lesões musculares e fratura. No treinamento de jiu-jítsu existe uma quantidade de atletas que mesmo sendo lesionado não procura um diagnóstico médico.

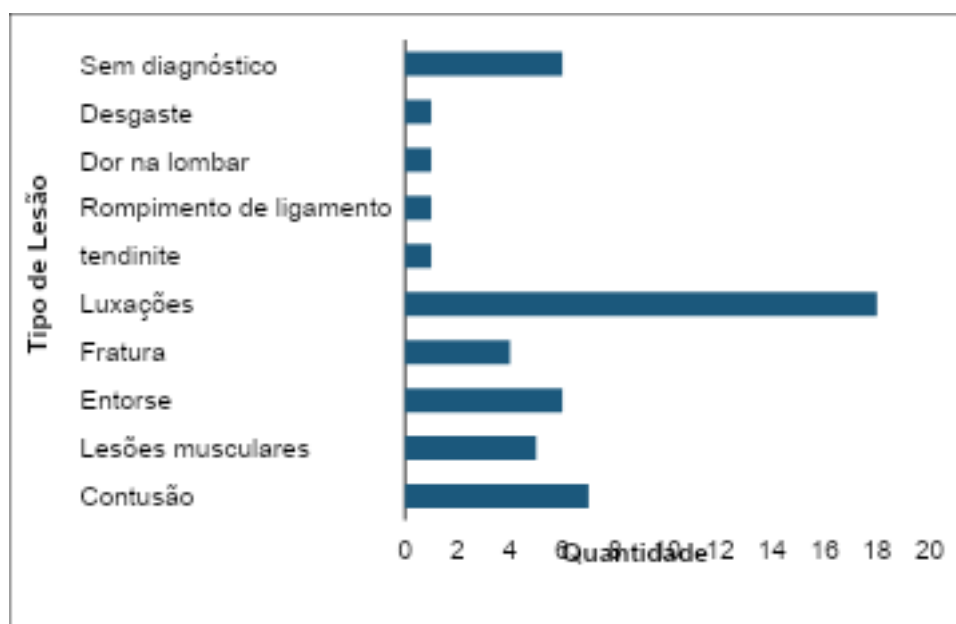


Gráfico2 – Relação de tipo de lesão ocorrida na pratica de jiu-jítsu.

Em relação à faixa etária onde mais ocorre o índice de lesões durante o treinamento de muay thai de é dos 18 aos 30 anos. Já no jiu-jítsu a faixa etária com maior índice de lesão é dos 31 a 60 anos.

Na prática de jiu-jítsu o índice de diagnóstico de restrição física foi maior que o índice de restrição física nos atletas de muay thai.

Conclui-se que os índices de lesões registradas nos atletas que praticam jiu-jítsu apresentaram um maior número de lesões quando comparados aos atletas que praticam muay thai. O sexo masculino apontou um maior número de lesões tanto na pratica de muay thai quanto na pratica de jiu-jítsu. Em relação à faixa etária mostrou que em muay thai o maior número de lesões permaneceu dos 18 a 30 anos. Já na pratica de jiu-jítsu a faixa etária com maior registro de lesões foi de 31 a 60 anos. Em relação à restrição física o jiu-jítsu apresentou maior índice em relação ao muay thai.

DISCUSSÃO

Conforme mostrado nos resultados anteriormente o tipo de lesão mais frequente relatada no muay thai foi contusão, seguido de entorse, fratura e lesão muscular. Já no jiu-jítsu o tipo de lesão mais frequente apontado pelos praticantes foi de luxação, seguido de contusão, entorse, lesão muscular, fratura, tendinite, rompimento ligamentar, desgaste e dor lombar. Além disso, em ambas as modalidades citadas no estudo houve um grande numero de indivíduos que sofreu alguma lesão e não buscaram um acompanhamento medico, ou seja, não possui diagnostico.

Em um estudo feito por (JUNQUEIRA 2016) foi encontrado um resultado semelhante onde a lesão mais relatada no muay thai foi contusão, mas foram encontrados outros tipos de lesões diferentes tais como corte, dor lombar, tendinite, luxação, além disso, também foi apontado um número de indivíduos que não obtiveram diagnostico.

(CAMPOS 2015) em seu estudo também apontou um resultado semelhante, no qual a lesão mais frequente no muay thai foi contusão, mas também foram relatados outros tipos de lesão tais como ruptura ligamentar, tendinite e espondilolistese.

Já (GARTLAND, MALIK & LOVELL 2001) obteve um resultado diferente em seu estudo onde o tipo de lesão mais frequente identificado no muay thai foi trauma do tecido mole, logo em seguida foi identificado fraturas, entorses e distensões.

Além disso, (JUNQUEIRA 2016) afirma que a frequência de lesões no muay thai por região anatômica é maior em membros superiores, sendo que seu estudo foi analisado o total de 78 lesões e 39 lesões foram relatadas nessa região anatômica.

Em relação ao jiu-jítsu (OLIVEIRA, OLIVEIRA & SILVA 2010) em seu estudo obteve um resultado semelhante, onde a lesão mais relatada foi luxação, porém foram identificados outros tipos de lesões diferentes que não foram identificadas no nosso estudo tais como distensão muscular e hematomas.

Já (CARPEGIANI et al 2004) identificou um resultado diferente onde a lesão mais frequente relatada no jiu-jítsu foi entorse, além disso outros tipos diferentes de lesão foram observados tais como fratura, lombalgia, outros diagnósticos e até ferimentos e também houve um grande número de pessoas que não possuíam diagnóstico médico.

De acordo com estudo de (JUNIOR & SILVA 2015) também se observou um resultado diferente onde a lesão mais frequente no jiu-jítsu identificada em seu estudo foi hematoma e em segundo distensão muscular.

(CAMPOS 2015) em seu estudo em relação ao jiu-jítsu obteve também um resultado diferente em seu estudo onde a lesão mais frequente relatada no mesmo foi abrasão, além disso foram relatados outros tipos de lesão tais como lesões ligamentares, distensões e ruptura de tendão.

Além disso, o estudo de (MACHADO, MACHADO & DE MARCHI 2012) afirma que as regiões anatômicas mais acometidas por lesões no jiu-jítsu são as articulações do joelho, do ombro e do cotovelo e elas acontecem com uma maior frequência quando recebe um golpe de seu adversário. E (CARPEGIANI et al 2004) acrescenta que a maioria dessas lesões ocorridas no jiu-jítsu são moderada ou severa e as mesmas ocorrem com mais frequência durante o treinamento.

Segundo nossos resultados obtidos com relação ao sexo e a faixa etária no jiu-jítsu a maior prevalência apontada foi no sexo masculino e idade consideravelmente adulta dos 31 aos 60 anos.

Já (JUNIOR & SILVA 2015) em seu estudo apontou que o sexo com maior prevalência de lesão no jiu-jítsu é também o sexo masculino, mas a faixa etária é consideravelmente jovem dos 19 aos 29 anos.

Além disso, (OLIVEIRA, OLIVEIRA & SILVA 2010) também apontou o sexo masculino com maior prevalência de lesão na modalidade jiu-jítsu.

Com relação ao sexo com maior prevalência de lesão no muay thai estudos de (GARTLAND, MALIK & LOVELL 2001) obtiveram resultados semelhantes, onde foi apontado o sexo masculino. Ou seja, de acordo com a maioria dos estudos pesquisados o sexo masculino está mais suscetível a lesão em relação ao feminino em ambas as modalidades citadas neste estudo.

De acordo com os resultados em relação à modalidade com maior prevalência de lesão foi apontado que o jiu-jítsu há uma maior prevalência em relação ao muay thai. Ou seja, esse resultado é semelhante ao de (CAMPOS 2015) onde o jiu-jítsu também apresentou maior prevalência de lesão em relação ao muay thai.

Conclui-se que outros estudos apontam resultados semelhantes e diferentes dos resultados obtidos nesse estudo, mas todos apontam diversos tipos de lesões frequentes nessas modalidades desportivas citadas no estudo onde o sexo masculino apresenta maior prevalência de lesão e que o jiu-jítsu apresentou maior índice de lesão.

CONCLUSÃO

Por meio do estudo realizado no município de Inhumas – GO com atletas que praticam muay thai e jiu-jítsu foi constatado que o número de atletas que treina jiu-jítsu sofreu maior número de lesão sendo superior ao número de registro de lesão pelos atletas que praticam muay thai. Separando por sexo masculino e feminino, ambas as modalidades mostrou que no sexo masculino a ocorrência de lesão é maior. Em relação à faixa etária mostrou que no muay thai o maior número de lesões permaneceu dos 18 a 30 anos. Já na prática de jiu-jítsu a faixa etária com maior registro de lesões foi de 31 a 60 anos. E em relação à restrição física a prática de jiu-jítsu apontou maior índice em relação à prática de muay thai. O desenvolvimento do presente estudo possibilitou uma análise de verificação do índice de lesões dos praticantes de jiu-jítsu em relação aos praticantes de muay thai na cidade de Inhumas - GO.

Este estudo favorece uma melhor compreensão a todos interessados e pesquisadores que procuram um conhecimento verídico e confiável para seus

interesses pessoais, por conta disso sugerem-se realizar mais estudos que abordam informações sobre as lesões na atualidade, pois é necessário que esse conhecimento seja mais amplo em relação às lesões nos esportes de combate que por sua vez impedem o praticante de praticar a modalidade e por conta disso o leva a desmotivação que é um principal fator que leva o atleta a abandonar a pratica da modalidade.

REFERÊNCIAS

ALVES, L.; MARIANO, A. Muay Thai. Boxe Thailandês. São Paulo. On Line editora, 2007.

BARON, B. C. et al. **Perfil Antropométrico de Lutadores de MuayThai de Florianópolis – SC.** Florianópolis, 2016..

BELTRANI FILHO, C. A. et al. Lesões esportivas durante lutas no boxe amador. **Arquivos Brasileiros de Ciências da Saúde**, v. 35, n. 1, 2010.

CAMPOS, A. A. A. Prevalência de lesões em um grupo de praticantes de Jiu-Jitsu e Muay Thai da cidade de Palmas – TO. **Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação)–Curso de Educação Física, Centro Universitário Luterano de Palmas, Palmas/TO**, 2015.

CARPEGGIANI, J. C. et al. **Lesões no jiu-jítsu:** estudo em 78 atletas. 2004.

DE OLIVEIRA CORSO, C.; GRESS, F. A. G. lesões no jiu-jítsu. **ACTA Brasileira do Movimento Humano**, v. 2, n. 3, p. 78-88, 2013.

DA SILVA, A. V. **Muay thai:** benefícios comportamentais nas crianças praticantes na cidade de Cocal do Sul–SC. 2015.

GARTLAND, S.; MALIK, M. H. A.; LOVELL, M. E. Injury and injury rates in Muay Thai kick boxing. **British Journal of Sports Medicine**, v. 35, n. 5, p. 308-313, 2001.

HIRATA, D. S.; DEL VECCHIO, F. B. Preparação física para lutadores de sanshou: proposta baseada no sistema de periodização de Tudor O. Bompa. **Revista Movimento e Percepção**, v. 6, n. 8, p. 2-17, 2006.

IDE, B. N.; PADILHA, D. A. Possíveis lesões decorrentes da aplicação das técnicas do jiu-jitsu desportivo. **Rev Digital (Buenos Aires)**, v. 10, n. 83, p. 6, 2005. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd83/jiu.htm>> Acesso em: 30 de setembro de 2017.

JÚNIOR, N. S. R.; SILVA, N. C. R. A ocorrência de lesões na prática de Jiu-Jitsu em academias de Floriano-PI. **Journal of Health Sciences**, v. 16, n. 1, 2015.

JUNQUEIRA, N. K. B. Caracterização das lesões osteomioarticulares em praticantes de muay thai do Distrito Federal. 2016.

MACHADO, A. P.; MACHADO, G. P.; DE MARCHI, T. A prevalência de lesões no Jiu-Jitsu de acordo com relatos dos atletas participantes dos campeonatos mundiais em 2006. **ConScientiae Saúde**, v. 11, n. 1, p. 85-93, 2012.

MORTATTI, A. L. et al. Efeitos da simulação de combates de muaythai na composição corporal e em indicadores gerais de manifestação de força. **Conexões**, Campinas, SP, v. 11, n. 1, p. 218-234, mar. 2013.

NUNES, J. R. G. **Incidência de lesões em atletas de MMA**. Brasília, 2015.

OLIVEIRA, M. et al. Avaliação da força de preensão palmar em atletas de jiu-jitsu de nível competitivo. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 14, n. 3, p. 63-70, 2008.

OLIVEIRA, E. G.; OLIVEIRA, R. R. C.; SILVA, K. A. F. Prevalência e incidência de lesões em atletas participantes do campeonato open de jiu-jítsu da cidade de Catalão-GO realizado em agosto de 2010. **Revista Eletrônica “Saúde CESUC”-Centro de Ensino Superior de Catalão**, n. 01, 2010.

SIMÕES, N. V. N. Lesões desportivas em praticantes de atividade física: uma revisão bibliográfica. **Revista Brasileira de Fisioterapia**, v. 9, n. 2, p. 123-128, 2005.

SOUSA, B. R.; DE OLIVEIRA TEIXEIRA, D.; SABINO, G. S. APLICAÇÃO DA AVALIAÇÃO FUNCIONAL DE MOVIMENTO (FMS) EM PRATICANTES DE MUAY THAI DE BELO HORIZONTE/MG. **REVISTA INTERDISCIPLINAR CIÊNCIAS MÉDICAS**, v. 1, n. 1, p. 51-61, 2017.

TOBAJA, D. M. et al. Avaliação dos lutadores de Muay Thai. **5º Simpósio de Ensino de Graduação UNIMEP, Piracicaba**, 2007.

ANEXOS

Anexo 01
TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você está sendo convidado(a) para participar, como voluntário, em uma pesquisa. Após ser esclarecido(a) sobre as informações a seguir, no caso de aceitar fazer parte do estudo, assine ao final deste documento, que está em duas vias. Uma delas é sua e a outra é do pesquisador responsável.

Desde logo fica garantido o sigilo das informações. Em caso de recusa você não será penalizado(a) de forma alguma.

INFORMAÇÕES SOBRE A PESQUISA:

Título do Projeto: ÍNDICE DE LESÃO DE ATLETAS DE JIU-JÍTSU EMRELAÇÃO AOS ATLETAS DE MUAY THAI DO MUNICÍPIO DE INHUMAS-GO

Pesquisador Responsável: Vinícius Ramos Rezende

Pesquisadores participantes: Johnathan da Silva Carvalho, Junio Wanderson de Avelino, Vitor Hugo Gonçalves Pereira

Essa pesquisa analisa as lesões em atletas de jiu-jítsu e muay thai no município de Inhumas – GO, o material e método utilizado para coleta de dados será um questionário com 10 perguntas específicas para os alunos que praticam a modalidade jiu-jítsu e 10 perguntas específicas para os alunos que praticam a modalidade muay thai, a fim de descobrir quais lesões são mais frequentes nas duas modalidades. O participante poderá sair da pesquisa em qualquer momento, e ao mesmo lhe será garantido total sigilo, ficando anônimas as suas informações aqui confiadas.

Os pesquisadores se responsabilizam por quaisquer riscos, danos ou prejuízo ocasionado pela pesquisa.

♦ Nome e Assinatura do pesquisador:

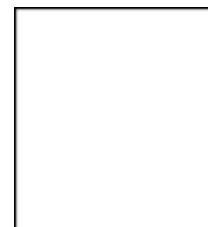
♦ CONSENTIMENTO DA PARTICIPAÇÃO DA PESSOA COMO SUJEITO

Eu, _____, abaixo assinado, concordo em participar do estudo do “Índice de lesão de atletas de jiu-jítsu em relação aos atletas de muay thai de Inhumas – GO como sujeito. Fui devidamente informado _____ e _____ esclarecido _____ pelos pesquisadores _____ sobre a pesquisa, os procedimentos nela envolvidos, assim como os possíveis riscos e benefícios decorrentes de minha participação. Foi-me garantido o sigilo das informações e que posso retirar meu consentimento a qualquer momento, sem que isto leve a qualquer penalidade.

Local: _____ Data: ____/____/____.

Nome: _____

Assinatura do sujeito: _____ Digital:



Anexo 02
Questionário

**Análise comparativa de lesões em atleta de jiu-jítsu em relação aos atletas
de muay thai do município de Inhumas – GO**

Dados Pessoais

Nome Completo: _____
Data de Nascimento: ____/____/____ **Nacionalidade:** _____
RG ou CPF: _____ **Sexo:** F (☐) M (☐)
Endereço: _____ **Cidade:** _____ **Estado:** _____
Telefone Fixo: (☐) _____ **Telefone Móvel:** (☐) _____

Modalidade: Jiu-jítsu

OBSERVAÇÃO: Todos os dados pessoais citados acima permanecerão em sigilo.

Anamnese

Data: ____/____/____ **Horário:** _____ **Avaliador:** _____
Local: Arte Fitness (☐) Cia do Corpo (☐) Espaço Fitness (☐) Team Barbosa (☐)
Centro de Treinamento Fernandes (☐) Rilion Gracie Inhumas (☐)

1. Atualmente, você pratica algum outro esporte além do jiu-jítsu?

a) (☐) Não. (☐) Sim. Qual? _____

b) É competidor? (☐) Não (☐) Sim. Há quanto tempo? ____anos e ____ meses.

2. Quantos dias da semana você treina?

1 (☐) 2 (☐) 3 (☐) 4 (☐) 5 (☐) 6 (☐) 7 (☐)

3. Você treina mais de 1hs por dia?

Sim (☐) não (☐)

4. Você faz aquecimento específico da modalidade?

Sim (☐) não (☐)

5. Existe alguma restrição física que você tem em relação a modalidade praticada?

Sim () não ()

6. No final do treino você faz alongamento?

Sim () não ()

7. Você utiliza algum equipamento de segurança?

() Não () Sim. Qual? _____

LESÕES NA PRÁTICA DE JIU-JÍTSU

8. Nos últimos 2 (dois) anos, você sofreu alguma lesão durante treinamento ou competição de jiu-jítsu, que foi capaz de alterar seu treinamento em frequência, forma, intensidade ou duração por um período maior ou igual a uma semana?

() Não. () Sim.

9. Marque o número de vezes que você já sofreu lesão na(s) localização a seguir: () cabeça () ombro () coxa () pescoço () braço () joelho () tórax () cotovelo () perna () abdome () antebraço () tornozelo () lombar(costas) () punho () pé () bacia/pelve () mão e dedos () outro: _____.

10. Para cada lesão que você marcou acima, responda uma questão a seguir:

Lesão 1

a) Local da lesão: _____. () em treino () em competição.

b) Tempo sem treinar: _____ dias.

c) Diagnóstico para a lesão: () contusão () lesão muscular () tendinite () entorse () luxação () fratura () corte () dor lombar () outro: _____.

() Não houve diagnóstico.

d) O diagnóstico foi realizado por médico? () Não. () Sim.

e) Método utilizado para o tratamento: () repouso () medicação () imobilização () fisioterapia () cirurgia () outro: _____

Lesão 2

a) Local da lesão: _____. () em treino () em competição.

- b) Tempo sem treinar: _____ dias.
- c) Diagnóstico para a lesão: () contusão () lesão muscular () tendinite () entorse () luxação () fratura () corte () dor lombar () outro: _____.
- () Não houve diagnóstico.
- d) O diagnóstico foi realizado por médico? () Não. () Sim.
- e) Método utilizado para o tratamento: () repouso () medicação () imobilização () fisioterapia () cirurgia () outro: _____

Lesão 3

- a) Local da lesão: _____. () em treino () em competição.
- b) Tempo sem treinar: _____ dias.
- c) Diagnóstico para a lesão: () contusão () lesão muscular () tendinite () entorse () luxação () fratura () corte () dor lombar () outro: _____.
- () Não houve diagnóstico.
- d) O diagnóstico foi realizado por médico? () Não. () Sim.
- e) Método utilizado para o tratamento: () repouso () medicação () imobilização () fisioterapia () cirurgia () outro: _____

Lesão 4

- a) Local da lesão: _____. () em treino () em competição.
- b) Tempo sem treinar: _____ dias.
- c) Diagnóstico para a lesão: () contusão () lesão muscular () tendinite () entorse () luxação () fratura () corte () dor lombar () outro: _____.
- () Não houve diagnóstico.
- d) O diagnóstico foi realizado por médico? () Não. () Sim.
- e) Método utilizado para o tratamento: () repouso () medicação () imobilização () fisioterapia () cirurgia () outro: _____

Lesão 5

- a) Local da lesão: _____. () em treino () em competição.
- b) Tempo sem treinar: _____ dias.
- c) Diagnóstico para a lesão: () contusão () lesão muscular () tendinite () entorse () luxação () fratura () corte () dor lombar () outro: _____.
- () Não houve diagnóstico.

- d) O diagnóstico foi realizado por médico? () Não. () Sim.
- e) Método utilizado para o tratamento: () repouso () medicação () imobilização () fisioterapia () cirurgia () outro: _____

Lesão 6

- a) Local da lesão: _____. () em treino () em competição.
- b) Tempo sem treinar: _____ dias.
- c) Diagnóstico para a lesão: () contusão () lesão muscular () tendinite () entorse () luxação () fratura () corte () dor lombar () outro: _____. () Não houve diagnóstico.
- d) O diagnóstico foi realizado por médico? () Não. () Sim.
- e) Método utilizado para o tratamento: () repouso () medicação () imobilização () fisioterapia () cirurgia () outro: _____

Lesão 7

- a) Local da lesão: _____. () em treino () em competição.
- b) Tempo sem treinar: _____ dias.
- c) Diagnóstico para a lesão: () contusão () lesão muscular () tendinite () entorse () luxação () fratura () corte () dor lombar () outro: _____. () Não houve diagnóstico.
- d) O diagnóstico foi realizado por médico? () Não. () Sim.
- e) Método utilizado para o tratamento: () repouso () medicação () imobilização () fisioterapia () cirurgia () outro: _____

ASSINATURA DO AVALIADOR

ASSINATURA DO QUESTIONADO

Questionário

Análise comparativa de lesões em atleta de jiu-jítsu em relação aos atletas de muay thai do município de Inhumas – GO

Dados Pessoais

Nome Completo: _____
 Data de Nascimento: ____/____/____ Nacionalidade: _____
 RG ou CPF: _____ Sexo: F (☐) M (☐)
 Endereço: _____ Cidade: _____ Estado: _____
 Telefone Fixo: (☐) _____ Telefone Móvel: (☐) _____

Modalidade: Muay Thai

OBSERVAÇÃO: Todos os dados pessoais citados acima permanecerão em sigilo.

Anamnese

Data: ____/____/____ Horário: _____ Avaliador: _____

Local: Arte Fitness (☐) Cia do Corpo (☐) Espaço Fitness (☐) Team Barbosa (☐)
 Centro de Treinamento Fernandes (☐) Rilion Gracie Inhumas (☐)

1. Atualmente, você pratica algum outro esporte além do muay thai?

(☐) Não. (☐) Sim. Qual? _____

É competidor? (☐) Não (☐) Sim. Há quanto tempo? ____anos e ____ meses.

2. Quantos dias da semana você treina?

1 (☐) 2 (☐) 3 (☐) 4 (☐) 5 (☐) 6 (☐) 7 (☐)

3. Você treina mais de 1hs por dia?

Sim (☐) não (☐)

4. Você faz aquecimento específico da modalidade?

Sim (☐) não (☐)

5. Existe alguma restrição física que você tem em relação a modalidade praticada?

Sim () não ()

6. No final do treino você faz alongamento?

Sim () não ()

7. Você utiliza algum equipamento de segurança?

Não () Sim (). Qual? _____

LESÕES NA PRÁTICA DE MUAY THAI

8. Nos últimos 2(dois) anos, você sofreu alguma lesão durante treinamento ou competição de muay thai, que foi capaz de alterar seu treinamento em frequência, forma, intensidade ou duração por um período maior ou igual a uma semana?

() Não. () Sim.

9. Marque o número de vezes que você já sofreu lesão na(s) localização a seguir: () cabeça () ombro () coxa () pescoço () braço () joelho () tórax () cotovelo () perna () abdome () antebraço () tornozelo () lombar(costas) () punho () pé () bacia () mão e dedos () outro: _____.

10. Para cada lesão que você marcou acima, responda uma questão a seguir:

Lesão 1

a) Local da lesão: _____. () em treino () em competição.

b) Tempo sem treinar: _____ dias.

c) Diagnóstico para a lesão: () contusão () lesão muscular () tendinite () entorse () luxação () fratura () corte () dor lombar () outro: _____.

() Não houve diagnóstico.

d) O diagnóstico foi realizado por médico? () Não. () Sim.

e) Método utilizado para o tratamento: () repouso () medicação () imobilização () fisioterapia () cirurgia () outro: _____

Lesão 2

a) Local da lesão: _____. () em treino () em competição.

b) Tempo sem treinar: _____ dias.

- c) Diagnóstico para a lesão: ☐ contusão ☐ lesão muscular ☐ tendinite ☐ entorse ☐ luxação ☐ fratura ☐ corte ☐ dor lombar ☐ outro:_____.
- ☐ Não houve diagnóstico.
- d) O diagnóstico foi realizado por médico? ☐ Não. ☐ Sim.
- e) Método utilizado para o tratamento: ☐ repouso ☐ medicação ☐ imobilização ☐ fisioterapia ☐ cirurgia ☐ outro:_____

Lesão 3

- a) Local da lesão:_____. ☐ em treino ☐ em competição.
- b) Tempo sem treinar:_____ dias.
- c) Diagnóstico para a lesão: ☐ contusão ☐ lesão muscular ☐ tendinite ☐ entorse ☐ luxação ☐ fratura ☐ corte ☐ dor lombar ☐ outro:_____.
- ☐ Não houve diagnóstico.
- d) O diagnóstico foi realizado por médico? ☐ Não. ☐ Sim.
- e) Método utilizado para o tratamento: ☐ repouso ☐ medicação ☐ imobilização ☐ fisioterapia ☐ cirurgia ☐ outro:_____

Lesão 4

- a) Local da lesão:_____. ☐ em treino ☐ em competição.
- b) Tempo sem treinar:_____ dias.
- c) Diagnóstico para a lesão: ☐ contusão ☐ lesão muscular ☐ tendinite ☐ entorse ☐ luxação ☐ fratura ☐ corte ☐ dor lombar ☐ outro:_____.
- ☐ Não houve diagnóstico.
- d) O diagnóstico foi realizado por médico? ☐ Não. ☐ Sim.
- e) Método utilizado para o tratamento: ☐ repouso ☐ medicação ☐ imobilização ☐ fisioterapia ☐ cirurgia ☐ outro:_____

Lesão 5

- a) Local da lesão:_____. ☐ em treino ☐ em competição.
- b) Tempo sem treinar:_____ dias.
- c) Diagnóstico para a lesão: ☐ contusão ☐ lesão muscular ☐ tendinite ☐ entorse ☐ luxação ☐ fratura ☐ corte ☐ dor lombar ☐ outro:_____.
- ☐ Não houve diagnóstico.
- d) O diagnóstico foi realizado por médico? ☐ Não. ☐ Sim.

e) Método utilizado para o tratamento: ()repouso ()medicação ()imobilização ()fisioterapia ()cirurgia ()outro:_____

Lesão 6

a) Local da lesão:_____. () em treino () em competição.

b)Tempo sem treinar:_____dias.

c) Diagnóstico para a lesão: () contusão () lesão muscular () tendinite () entorse () luxação () fratura () corte () dor lombar () outro:_____. () Não houve diagnóstico.

d) O diagnóstico foi realizado por médico? () Não. () Sim.

e) Método utilizado para o tratamento: ()repouso ()medicação ()imobilização ()fisioterapia ()cirurgia ()outro:_____

Lesão 7

a) Local da lesão:_____. () em treino () em competição.

b)Tempo sem treinar:_____dias.

c) Diagnóstico para a lesão: () contusão () lesão muscular () tendinite () entorse () luxação () fratura () corte () dor lombar () outro:_____. () Não houve diagnóstico.

d) O diagnóstico foi realizado por médico? () Não. () Sim.

e) Método utilizado para o tratamento: ()repouso ()medicação ()imobilização ()fisioterapia ()cirurgia ()outro:_____

ASSINATURA DO AVALIADOR

ASSINATURA DO QUESTIONADO