A IMPORTÂNCIA DE DETERMINANTES PSICOLÓGICOS NA FISIOTERAPIA ESPORTIVA

Jean Silva Cavalcante[1]
Maria Iara Sousa de Aguiar Cavalcante[2]

Resumo

Introdução: Fatores diversos são preditores das lesões no esporte, tendo em vista os aspectos psicofisiológicos estarem intimamente envolvidos nas ciências dos esportes que preconizam o restabelecimento cinético-funcional de forma rápida como é exigido no esporte, principalmente no alto nível. **Objetivo:** Possibilitar uma saber necessário sobre determinantes psicológicos para atuação na fisioterapia esportiva. **Metodologia:** Este estudo de caráter analítico qualitativo exploratório foi realizado através de livros, revistas científicas e das plataformas de banco de dados Lilacs, Bireme, Scielo e Pubmed. A pesquisa foi realizada no período de março a maio de 2019. **Resultados:** Dos artigos e livros colhidos para o desenvolvimento deste estudo somente 4 literaturas contemplaram o objeto de estudo. **Conclusão:** Tendo por base a literatura abordada para desenvolver este estudo torna-se claro, sob a luz do conhecimento dizer que estudos envolvendo a importância de determinantes psicológicos na fisioterapia esportiva para otimização dos resultados dos fisioterapeutas esportivos de forma individual ou multidisciplinar, necessitam de uma gama muito maior para contemplar de maneira ampla as ações através das nuances que envolvem a psicologia esportiva imbricadas na fisioterapia esportiva.

Palavras Chave: Psicologia. Esporte. Fisioterapia.

[1] Profissional de Educação Física, Fisioterapeuta, Membro do Grupo de Estudos e Pesquisa em Educação Física Escolar (GEPEFE), Membro da Comissão de Saúde do CREF5, Mestrando em Ensino na Saúde, Especialista em Fisioterapia Esportiva (SONAFE), Especialista em Treinamento Desportivo, Especialista em Fisiologia e Biomecânica dos Movimentos, Especialista em Traumato-Ortopedia com Ênfase em Terapia Manual, *MBA* em Gestão Estratégica de IES.
[2] Graduanda em Gestão Hospitalar

Introdução

Ao longo de nossas vidas, a atividade física constitui um aspecto de destaque na experiência humana. Existem ligas de esporte competitivo e recreacional para crianças, adolescentes, adultos e pessoas da terceira idade (RAALTE; BREWER, 2011, p. 3).

Conforme Júnior (2002, p. 20), *"cada modalidade esportiva tem suas particularidades e exige diferentes métodos de preparação e demandas físicas, técnicas, táticas e psicológicas, mas todas têm como referencial a competição".*

> Na prática do esporte competitivo, em função dos movimentos repetitivos utilizados na técnica desportiva e, em particular dos aspectos próprios de cada esporte, principalmente aqueles ditos de contato, o aparelho locomotor passa a apresentar alterações tais, que levados a um estudo biomecânico mais completo apresentam características especiais, consideradas específicas para cada esporte, às chamadas lesões típicas (HERBERT, 2009).

Lesão no esporte é qualquer tipo de lesão, dor ou dano físico que ocorra como resultado do esporte, exercício físico ou atividade física (WALKER, 2010).

Cohen (2015, p. 63), em sua obra Lesões nos Esportes: diagnóstico, prevenção e tratamento, afirma-nos que "*a ocorrência de lesões é frequente nas práticas esportivas de todos os níveis e tipos de atividade física".*

Fatores diversos são preditores das lesões no esporte, tendo em vista os aspectos psicofisiológicos estarem intimamente envolvidos nas ciências dos esportes que preconizam o restabelecimento cinético-funcional de forma rápida como é exigido no esporte, principalmente no alto nível, tendo em vista muitas das lesões ocorrem nos treinamentos.

Alguns destes fatores podem ser, a idade, novos interesses emergentes, fadiga psicológica, dificuldades com a equipe técnica, resultados esportivos em declínio, problemas de contusão e saúde [...] (BRANDÃO, 2000, p. 50).

Na literatura Treinamento Esportivo de Samulski, Menzel e Prado (2013, p. 321) e Samulski (2009, p. 384), afirmam que *"além dos fatores físicos como desequilíbrio muscular, fadiga física e overtraining serem consideradas causas de lesões esportivas, fatores psicológicos e sociais também podem contribuir para o surgimento de lesões".*

As consequências negativas das lesões ultrapassam claramente a saúde física dos indivíduos, afetando o seu bem-estar psicológico e podendo comprometer o equilíbrio e saúde mental.

Pensando na prevenção de lesões e melhora da qualidade de vida dos indivíduos, muito se tem estudado em relação à melhora da atividade funcional, dos músculos envolvidos com estas articulações (PASSOS; CERQUEIRA, 2003, p. 69).

O que nos faz pensar no aspecto preventivo para manutenção e promoção da saúde e na qualidade de vida.

> Conforme a OMS (Organização Mundial de Saúde), saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não meramente a ausência de doença ou enfermidade, sendo que a qualidade de vida – QV, é a percepção do indivíduo acerca da sua posição na vida, no contexto da cultura e sistemas de valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações, abrangendo aspectos físicos, sociais e emocionais (ABREU et al 2007; BREDEMEIER; GOMES, 2007; CASTRO et al 2007; LANA et al, 2007; LEMOS et al 2006; MACHADO et al 2007; SANTOS et al 2006; SOUZA et al 2006).

"A psicologia aplicada às lesões tem papel fulcral na prevenção e no tratamento de lesões desportivas (CARVALHO, 2009, p. 1)".

Com maior ou menor gravidade, a ocorrência de lesões já é parte do cotidiano dos praticantes de esporte de alto rendimento (FREIRE; PEREIRA, 2009, p. 227).

> As fronteiras do treinamento desportivo não se limitam somente ao esporte de alto-rendimento. Milhões de crianças e jovens estão envolvidos na prática esportiva competitiva em todo o mundo objetivando o rendimento competitivo. O abandono da prática

> esportiva entre jovens é frequente devido a uma maior instabilidade física, psicológica e social (BARA FILHO, GARCIA, 2008, p. 293).

Parafraseando Brandão (2000, p, 53), posso afirmar que *"a ocorrência de lesões também pode forçar atletas ao fim da carreira".*

O que condicionou a pesquisar nesta área do conhecimento, diz respeito à possibilidade de abrir uma nova perspectiva a cerca do saber necessário sobre determinantes psicológicos para uma atuação otimizada dos profissionais atuantes na fisioterapia esportiva.

Metodologia

Este estudo de caráter analítico qualitativo exploratório foi realizado através de livros, revistas científicas e das plataformas de banco de dados Lilacs, Bireme, Scielo e Pubmed, onde foi acessado um total de (10) dez artigos. Como critérios de inclusão foram utilizados os artigos e livros publicados referentes à temática e como critério de exclusão todos os livros e artigos que não fossem da língua portuguesa. A pesquisa foi realizada no período de março a maio de 2019. Foram pesquisados artigos usando os descritores Psicologia, Esporte, Fisioterapia.

Resultados e Discussão

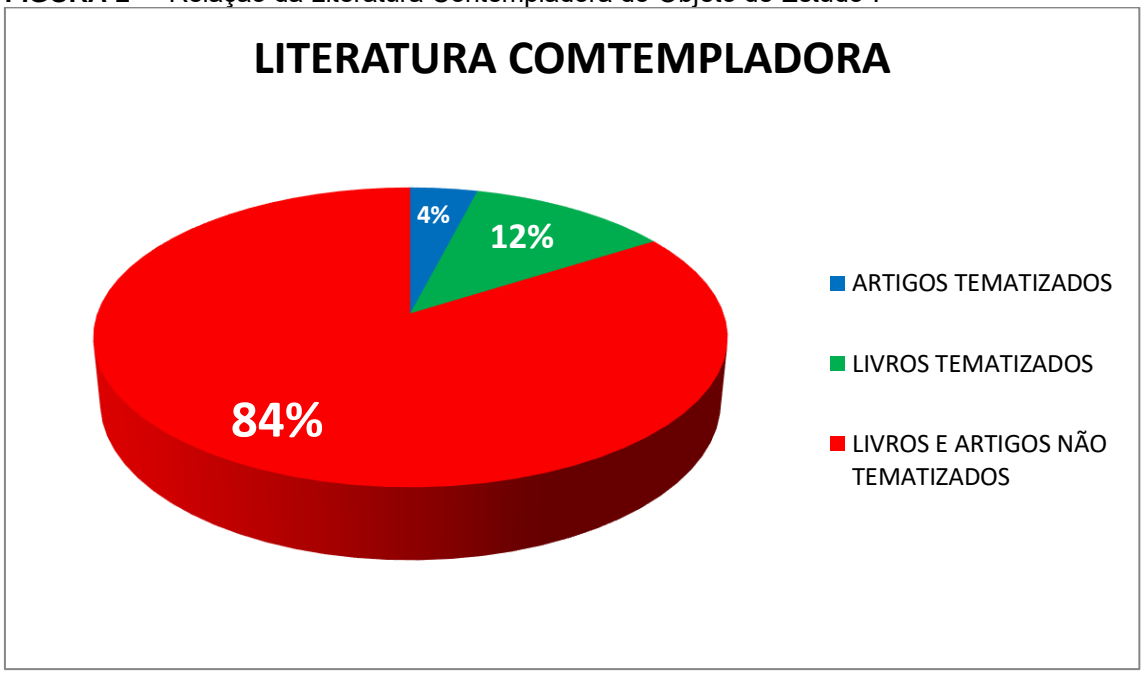
Diferente do que diz Vieira et al (2010, p. 395), quando ele afirma que *"[...] parece que a Psicologia do Esporte é uma temática de interesse tanto dos profissionais da Educação Física quanto dos profissionais da Psicologia".* RAPOSO et al (p. 116, 2014), nos diz que *"para os profissionais da saúde, tal como os psicólogos e fisioterapeutas, a lesão representa um desafio que tem de ser ultrapassado através das suas competências técnicas e científicas".* Isto nos aponta para uma característica multidisciplinar, foto este que de forma superficial pode ser observado na pesquisa.

Dos (10) artigos e dos quinze livros colhidos para o desenvolvimento deste estudo somente (01) um artigo referente a 4% do total da literatura e (3) livros referente a 12% do total da literatura abordam de forma sistemática os

preceitos da psicologia esportiva enfatizando os determinantes psicológicos que envolvem o aspecto da lesão e que o fisioterapeuta esportivo deve conhecer para melhor intervir em seu paciente/atleta.

O restante da literatura 84% do total representando (21) literaturas envolvendo livros e artigos em revistas ou não, não comtemplam o objeto do estudo como mostra a figura 1

FIGURA 1 – "Relação da Literatura Contempladora do Objeto de Estudo".



Fonte: Próprio Autor.

Carvalho (2009, p. 8), em seu artigo aspectos psicológicos das lesões desportivas: prevenção e tratamento, aborda as fases emocionais (negação, raiva, negociação, depressão e aceitação) com a qual o fisioterapeuta deve conhecer muito bem para otimizar o restabelecimento cinético funcional do atleta.

Este pentágono emocional abordado por Carvalho, Cohen e Samulski, são o que podemos determinar de aspectos nórdicos emocionais, em que em suas especialidades cada profissional devem conhecer para atuarem de forma coesa e concisa, inclusive de forma multidisciplinar.

De forma não diretiva ao pentágono emocional das lesões esportivas encontramos no artigo a psicologia das lesões desportivas: importância da intervenção psicológica onde afirmam-nos Botterill, Flint & Levleva (1996), Petrie (1993), Leddy, Lambert & Olges (1994), Johnston & Carrol (1998) apud Veloso & Pires (2007, p. 21), que sintomas psicológicos resultantes duma lesão, tais como, ansiedade, depressão, medo, desespero, frustração e impaciência a não adesão ao plano tratamento caracterizam esse comprometimento.

Características essas que servem de alerta, que indicam que podem estar implícitas ou explicitas de forma específica uma dessas cinco fases emocionais da lesão.

Ribeiro, Oliveira & Silva (2013, p. 76) dizem que *"segundo um grupo de fisioterapeutas, o estresse e a ansiedade eram as reações mais predominantes".* Isto nos aponta características globais acerca de todas as fazes emocionais da lesão esportiva.

> Ribeiro, Oliveira & Silva (2013, p. 76), Nunes et al (2010, p. 134), complementa a informação dizendo que além do estresse, emocionalmente, reações como tristeza, isolamento por frustração, irritação, falta de motivação, raiva, alterações de apetite, distúrbios do sono, aumento da ansiedade, perda da identidade e da confiança são algumas das reações comuns que podem ocorrer durante todo o processo do momento da lesão até a fase de retorno ao esporte.

Conclusão

Tendo por base a literatura abordada para desenvolver este estudo torna-se claro, sob a luz do conhecimento dizer que estudos envolvendo a importância de determinantes psicológicos na fisioterapia esportiva para otimização dos resultados dos fisioterapeutas esportivos de forma individual ou multidisciplinar, necessitam de uma gama muito maior para contemplar de maneira ampla as ações através das nuances que envolvem a psicologia esportiva imbricadas na fisioterapia esportiva.

Referências

ABREU, N.S; BARACHO, E.S; TIRADO, M. G. A; DIAS, R. C. Qualidade de Vida na Perspectiva de com Incontinência Urinária. **Revista Brasileira de Fisioterapia**, São Carlos, v. 11, n. 6, 2007.

BARA FILHO, M. G; GARCIA, F. G. Motivos do Abandono no Esporte Competitivo: um estudo retrospectivo. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**. São Paulo: v. 22, n. 4, p. 293-300, 2008.

BRAD, W. **Lesões no Esporte:** uma abordagem anatômica. Barueri: Manole, 2010.

BRANDÃO, M. R. F; AKEL, M. Ch; ANDRADE, S. A; GUISELINI, M. A. N; MARTINI, L. A; NASTÁS, M. A. Causas e Consequências da Transição de Carreira Esportiva: uma revisão de literatura. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento.** Brasília: v. 8, n. 1, p. 49-58, 2000.

BREDEMEIER, J; GOMES, B. W. Perception of Quality of Life of Persons with Cystic Fibrosis: a study on the adequacy of rating scales. **Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul**, Porto Alegre, v. 29, n. 1, 2007.

CASTRO, P. C; TAHARA, N; REBELATTO, J. R; DRIUSSO, P; AVEIRO, M. C; OSHIO, J. Influência da Universidade Aberta da Terceira Idade (UATI) e do Programa de Revitalização (REVT) sobre a Qualidade de Vida de Adultos de Meia-idade e Idosos. **Revista Brasileira de Fisioterapia**. São Carlos, v. 11, n. 6, 2007.

CARVALHO, R. C. Aspectos Psicológicos das Lesões Desportivas: prevenção e tratamento. **Artigo.** 2009. <http//www.psicologia.com.pt>. Acessado em 28.04.2019.

COHEN, M; ABDALLA, R. J. **Lesões nos Esportes:** diagnóstico, prevenção e tratamento. 2. ed. Rio de Janeiro: Revinter, 2015.

FREIRE, V. M; PEREIRA, M. E. Crenças Estereotipadas Acerca de Atletas que Sofreram Lesões. **Revista Eletrônica Ciências & Cognição.** v. 14, n. 2, p. 225-234. <http://www.cienciasecognicao.org>. Acessado em 28.04.2019.

HERBERT, S. **Ortopedia e Traumatologia:** princípios e práticas. 4. ed. Porto Alegre: Artmed, 2009.

JUNIOR, D. R. A Competição como Fonte de Estresse no Esporte. **Revista Brasileira de Ciências e Movimento**. Brasília, v. 10 n. 4 p. 19-26, 2002.

LANA, R. C; ÁLVARES, L. M. R. S; NASCIUTTI-PRUDENTE, C; GOULART, F. R. P; TEIXEIRA-SALMELA, L. F; CARDOSO, F. E. Percepção da Qualidade de Vida de Indivíduos com Doença de Parkinson através do PDQ-39. **Revista Brasileira de Fisioterapia**, São Carlos, v. 11, n. 5, 2007.

LEMOS, M. C. D; MIYAMOTO, T. S; VALIM, V; NATOUR, J. Quality of Life in Patients with Osteoporosis: correlation between OPAQ and SF-36. **Revista Brasileira de Reumatologia**, São Paulo, v. 46, n. 5, 2006.

MACHADO, F. O; BASSO, G; MARGARIDA, C. S; MORITZ, R. D. Evaluation the Quality and Satisfaction of Life of Patients, before Admission in Intensive Care Unit and after Hospital Discharge. **Revista Brasileira de Terapia Intensiva**, São Paulo, v. 19, n. 1, p. 2007.

NUNES, C. R. O; JAQUES, M; ALMEIDA, F. T; HEINECK, G. I. U. Processos e Intervenções Psicológicas em Atletas Lesionados e em Reabilitação. **Revista Brasileira de Psicologia do Esporte**. São Paulo: v. 3, n. 4, p. 130-146, 2010.

PASSOS, F. F; CERQUEIRA, E. P. Estudo Morfológico e Eletromiográfico dos Músculos Adutor Longo e Vasto Medial (fibras oblíquas), Durante Exercícios em Cadeia Cinética Aberta e Fechada, com e sem Adução do Quadril. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**. v. 11, n. 3, p. 67-76, 2003.

RAALTE, J. L. V; BREWER, B. W. **Psicologia do Esporte**. 2. ed. São Paulo: Santos, 2011.

RAPOSO, J. V; CARVALHO, R; TEIXEIRA, C. M; NETO, J. T. **Relevância da Intervenção Psicológica em Casos de Lesão de Atletas**. RPCD. v. 14. n. 2, p. 110-131, 2014.

RIBEIRO, V. B; OLIVEIRA, S. R. G; SILVA, F. G. Preditores Psicológicos, Reações e o Processo de Intervenção Psicológica em Atletas Lesionados. **Revista Eletrônica Ciências & Cognição.** v. 18, n. 1, p. 70-88, 2013. <http://www.cienciasecognicao.org>. Acessado em 28.04.2019.

SAMULSKI, D. **Psicologia do Esporte**. 2. ed. Barueri: Manole, 2009.

SAMULSKI, D; MENZEL, Hans-Joachim; PRADO, L. S. **Treinamento Esportivo**. São Paulo: Manole, 2013.

SOUZA, J; PAIVA, T; REIMÃO, R. Qualidade de Vida de Caminhoneiros. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 55, n. 3, 2006.

SANTOS, A. M. B; ASSUMPÇÃO, A; MATSUTANI, L.A; PEREIRA, C. A. B; LAGE L. V; MARQUES, A. P. Depressão e Qualidade de Vida em Pacientes com Fibromialgia. **Revista Brasileira de Fisioterapia**, São Carlos, v. 10, n. 3, 2006.

VELOSO, S; PIRES, A. P. A Psicologia das Lesões Desportivas: importância da intervenção psicológica. **Revista Portuguesa de Fisioterapia do Desporto**. v. 1, n. 21, p. 38-47, 2007.

VIEIRA, L. F; VISSOCI, J. R. N; OLIVEIRA, L. P; LOPES, V. J. L. Psicologia do Esporte: uma área emergente da psicologia. **Revista Psicologia em Estudo**. Maringá: v. 15, n. 2, p. 391-399, 2010.