



CENTRO UNIVERSITÁRIO VALE DO SALGADO
LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA

JOSÉ AILTON ALVES DE SOUSA

**LESÕES EM PRATICANTES DE FUTEBOL
AMADOR: REVISÃO NARRATIVA**

ICÓ CEARÁ
2022

JOSÉ AILTON ALVES DE SOUSA

**LESÕES EM PRATICANTES DE FUTEBOL
AMADOR: REVISÃO NARRATIVA**

Trabalho de conclusão de curso submetido à disciplina de TCC II ao curso de licenciatura em educação física do Centro Universitário Vale do Salgado (UNIVS), como pré-requisito para obtenção do título de Licenciado em Educação Física.

Orientador: Me. Naildo Santos Silva

ICÓ CEARÁ
2022

JOSÉ AILTON ALVES DE SOUSA

LESÕES EM PRATICANTES DE FUTEBOL
AMADOR: REVISÃO NARRATIVA

Trabalho de Conclusão de Curso submetido a disciplina de TCC II ao curso de Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário Vale do Salgado (UNIVS), como pré-requisito para obtenção do título de Licenciado em Educação Física.
Aprovado em ____/____/____

BANCA EXAMINADORA

Naildo Santos Silva

Prof. Me.

Centro Universitário Vale do Salgado

Orientador

Augusto Pedretti

Prof. Dr.

Universidade Regional do Cariri

1º examinador

Cicero Cleber Brito

Prof. Esp.

Centro Universitário vale do Salgado

2º examinador

A Deus e a minha esposa para sempre dedico.

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus pois por ele e para ele são todas as coisas, a minha esposa que me apoiou e contribuiu de forma valorosa para o meu conhecimento e evolução.

Ao professor Naildo Santos Silva pela excelente orientação e pelos ensinamentos.

Aos professores participantes da banca examinadora pelas valiosas colaborações.

A todos os professores que de forma grandiosa contribuíram para o meu desenvolvimento profissional, intelectual, moral e ético.

E pôr fim aos meus colegas pelos laços de amizade e companheirismo estabelecidos.

“Pois Deus é poderoso para fazer infinitamente mais do que tudo quanto pedimos ou pensamos, mediante seu poder que atua em nós”.
(Efésios 3:20)

LISTA DE ABREVIACÕES E SIGLAS

FIFA (Fédération Internationale de Football Association)

OMS (Organização mundial de saúde)

PNAD (Pesquisa nacional por amostra de domicílio)

IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística)

CECLAR (centro universitário claretiano)

LCA (ligamento cruzado anterior)

RESUMO

SOUSA, J.A.A **LESÕES EM ATLETAS DE FUTEBOL AMADOR**. 2022. Pg.27 Trabalho de conclusão de curso graduação em Licenciatura em educação física. Centro Universitário Vale do Salgado. Icó- CE. 2022.

Essa revisão narrativa teve como objetivo revisar potenciais estudos que avaliaram as lesões mais comuns no cotidiano dos atletas praticantes de futebol amador. A busca dos estudos foi feita nas seguintes bases de dados eletrônicas: PubMed, Lilacs, Scielo e Google Acadêmico. Para selecionar os estudos foram utilizados os seguintes descritores: (i) atletas amadores; (ii) futebol; (iii) lesões. Num primeiro momento foram identificados um total de 467 estudos. Após leitura dos títulos e resumos obteve-se um total de 8 estudos. Destes, apenas sete contemplaram os critérios de inclusão do presente estudo, os quais foram feitas as leituras na íntegra. Observou-se que as regiões do corpo com maior prevalência de lesões em praticantes amadores de futebol são respectivamente coxa (38%), tornozelo (24%), joelho (10%), perna (10%), membros superiores (10%), pé (5%) e tronco (5%). A gravidade da lesão é caracterizada de acordo com o tempo em que o jogador fica fora das próximas partidas para a recuperação, sendo as lesões menores provocando entre 1 a 7 dias de afastamento, as lesões moderadas de 8 a 21 dias, enquanto as lesões sérias o afastamento necessita de cerca de 21 dias para a recuperação, o medo de uma nova lesão, assim como mudança no estilo de vida e outros fatores como o medo exagerado e excessivo de movimentos e de atividades físicas, a depressão, a ansiedade, o distúrbio do humor foram causas que ocasionaram o abandono da prática esportiva. Diante disso evidencia-se a importância da realização de estudos sobre o tema.

Palavras-chaves: Atletas amadores. Futebol. Lesões.

ABSTRACT

SOUSA, J.A.A **INJURIES IN AMATEUR FOOTBALL ATHLETES**. 2022. pg.27
Undergraduate course conclusion work in Physical Education Degree. Vale do Salgado
University Center. Icó - CE. 2022

This narrative review aimed to review potential studies that evaluated the most common injuries in the daily lives of athletes practicing amateur soccer. The search for studies was performed in the following electronic databases: PubMed, Lilacs, Scielo and Google Scholar. To select the studies, the following descriptors were used: (i) amateur athletes; (ii) football; (iii) injuries. At first, a total of 467 studies were identified. After reading the titles and abstracts, a total of 8 studies were obtained. Of these, only seven met the inclusion criteria of the present study, which were read in full. It was observed that the regions of the body with the highest prevalence of injuries in amateur soccer practitioners are respectively thigh (38%), ankle (24%), knee (10%), leg (10%), upper limbs (10%), foot (5%) and trunk (5%). The severity of the injury is characterized according to the time the player is out of the next matches for recovery, with minor injuries causing between 1 to 7 days of absence, moderate injuries from 8 to 21 days, while serious injuries the removal needs about 21 days for recovery, the fear of a new injury, as well as changes in lifestyle and other factors such as exaggerated fear, and excessive fear of movement and physical activities, depression, anxiety, mood disorders were causes that led to the abandonment of sports practice. In view of this, the importance of carrying out studies on the subject is evident. while serious injuries, the removal needs about 21 days for recovery, the fear of a new injury, as well as change in lifestyle and other factors such as exaggerated fear, and excessive movement and physical activities, depression, anxiety, mood disorder were causes that led to the abandonment of sports practice. In view of this, the importance of carrying out studies on the subject is evident. while serious injuries, the removal needs about 21 days for recovery, the fear of a new injury, as well as change in lifestyle and other factors such as exaggerated fear, and excessive movement and physical activities, depression, anxiety, mood disorder were causes that led to the abandonment of sports practice. In view of this, the importance of carrying out studies on the subject is evident.

Keywords: Amateur athletes. Football. injuries.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	11
2 OBJETIVO GERAL	13
2.1 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	13
3 METODOS	14
3.1 CARACTERIZAÇÃO DO ESTUDO.....	14
3.2 CRITÉRIOS DE ELEGIBILIDADE	14
3.3 FONTES DE BUSCA.....	14
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO	19
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	24
REFERÊNCIAS	25

1 INTRODUÇÃO

O futebol é um dos esportes mais populares do mundo, segundo o boletim da *Fédération Internationale de Football Association* (FIFA, 2000), mais de 60.000.000 de pessoas em mais de 150 países praticam futebol. De acordo com Mezzaroba e Pires (2011), a Copa do Mundo, organizada pela FIFA, é considerada o segundo maior evento esportivo do planeta e a competição internacional de futebol mais importante do mundo. Ainda, segundo os autores, o evento tem recebido constantes coberturas midiáticas, cujos investimentos e programações têm construído diversas manifestações na relação com o campo esportivo. Dentre as manifestações do esporte, podemos citar a manifestação de lazer. No âmbito da sua repercussão social, Brecht e Almeida (2003) sinalizam que o esporte é um gigantesco fenômeno social, político e financeiro, cada vez mais presente no cotidiano da população, em que não é equivocada a declaração de que o esporte é um dos fenômenos mais expressivos da atualidade. Nesse sentido, há a prática esportiva por pessoas em diferentes níveis como, por exemplo, os atletas amadores.

A Organização Mundial de Saúde (OMS, 2010) define como atleta amador toda pessoa que pratica alguma atividade como, por exemplo, correr, pedalar, nadar por mais de trinta minutos e no mínimo três vezes na semana. É sabido que a escolha do esporte amador a ser praticado tem alta relação com a cultura existente no local em qual vive o praticante. Por essa razão, o futebol é uma modalidade esportiva praticada de forma amadora no Brasil com grande número de adeptos. Segundo dados da pesquisa nacional por amostra de domicílios (PNAD, 2015), realizada pelo instituto Brasileiro de geografia e estatística (IBGE), o futebol é o esporte mais praticado entre pessoas com 15 anos ou mais de idade, ele foi citado em 2015 por 15,3 milhões de pessoas como sendo a principal modalidade esportiva praticada por elas. Isso representa 39,3% do total dos praticantes de algum esporte no país.

O futebol é um esporte no qual ocorre um amplo contato físico, além de movimentos rápidos, curtos, com aceleração, desaceleração e saltos, exigindo em média, mudanças inesperadas a cada seis segundos. Consequentemente a isso, existe uma tendência para a ocorrência de lesões como destaca Silva et al. (2005), que fica ainda mais potencializado quando o seu praticante não possui um treinamento, não pratica em um local adequado, utiliza materiais esportivos inadequados para a prática ou ainda, não dispõem de orientações ou cuidados que o auxiliem na redução dessas lesões.

Keller, Noyes e Buncher (1987) afirmam que o futebol é responsável pelo maior número de lesões desportivas do mundo, e estima que essas lesões sejam responsáveis por 50% a 60%

Das lesões esportivas na Europa e que 3,5% a 10% dos traumas físicos tratados em hospitais europeus são causados pelo futebol. De acordo com Rocha, Pedro Henrique Bordoni (2019), no Brasil a incidência de lesões por meio do contato físico entre jogadores é de 51,20%, com um grau de gravidade leve de 56,3%, o que implica em um a sete dias de afastamento das práticas.

Ainda segundo os autores 26,25% das lesões são ocasionadas por entorse, em membros inferiores 85% com maior índice no tornozelo 35%, seguidos de joelho 18,75% e coxa com 15%. A popularidade do futebol somada à elevada incidência de lesões têm sido objeto de crescente interesse na área de saúde. Para Keller, Noyes e Buncher (1987) Médicos, Fisioterapeutas e Educadores físicos devem compreender a incidência, fatores de risco e mecanismos das lesões para combater suas causas.

Tais lesões, se não forem tratadas ou forem, porém de forma errada, podem acarretar desde um leve desconforto muscular, podendo chegar até mesmo a dificultar ou impossibilitar a realização de tarefas e ações simples e corriqueiras do dia a dia como uma caminhada, uma corrida, um agachamento. A médio e longo prazo isso pode gerar sérios danos à vida do indivíduo.

Dito isso, o presente estudo visa responder as seguintes problemáticas: qual a ocorrência de lesões de acordo com a posição do jogador em campo, quais os tipos de lesão? Qual a gravidade das lesões? E como as lesões impactam no estilo de vida dos jogadores amadores?

2 OBJETIVO GERAL

Revisar estudos sobre lesões em jogadores amadores de futebol.

2.1 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar a ocorrência de lesões de acordo com o segmento corporal (cabeça, coxa, mãos, dedos, tórax, tornozelo, pernas, pés, ombro, lombar e joelhos);
- Identificar a gravidade das lesões.
- Descrever como as lesões impactam no estilo de vida dos jogadores amadores.

3 METODOS

3.1 CARACTERIZAÇÃO DO ESTUDO

Trata-se de uma revisão narrativa, a qual tem como característica, não utilizar critérios explícitos e sistemáticos para a busca e análise crítica da literatura. De acordo com Mattos (2015) na revisão narrativa a busca pelos estudos não precisa esgotar as fontes de informações e não aplica estratégias de busca sofisticadas e exaustivas. Além disso, a seleção dos estudos e a interpretação das informações podem estar sujeitas à subjetividade dos pesquisadores.

3.2 CRITÉRIOS DE ELEGIBILIDADE

Foram incluídos na presente revisão artigos: a) originais em português publicados em qualquer ano; b) que tenham avaliado lesões em jogadores de futebol amador de ambos os sexos e c) que tenham avaliado amostras com idade acima de 15 anos.

3.3 FONTES DE BUSCA

Foi realizada uma busca nas seguintes bases de dados: *PubMed*, *Lilacs*, *Scielo* e *Google Acadêmico*. A estratégia de busca não limitou o tempo cronológico. Assim, foram buscados todos os potenciais estudos ao longo das décadas. Foram utilizados os seguintes domínios para as buscas: (i) atletas amadores; (ii) futebol; (iii) lesões. Os três elementos foram ligados pelos operadores *booleanos and, and not*. Somente para a base de dados *PubMed* a busca foi realizada em inglês e português, haja vista que tal base reúne em sua maioria, estudos na língua inglesa. O quadro 01 abaixo apresenta os motores de busca para cada base de dados:

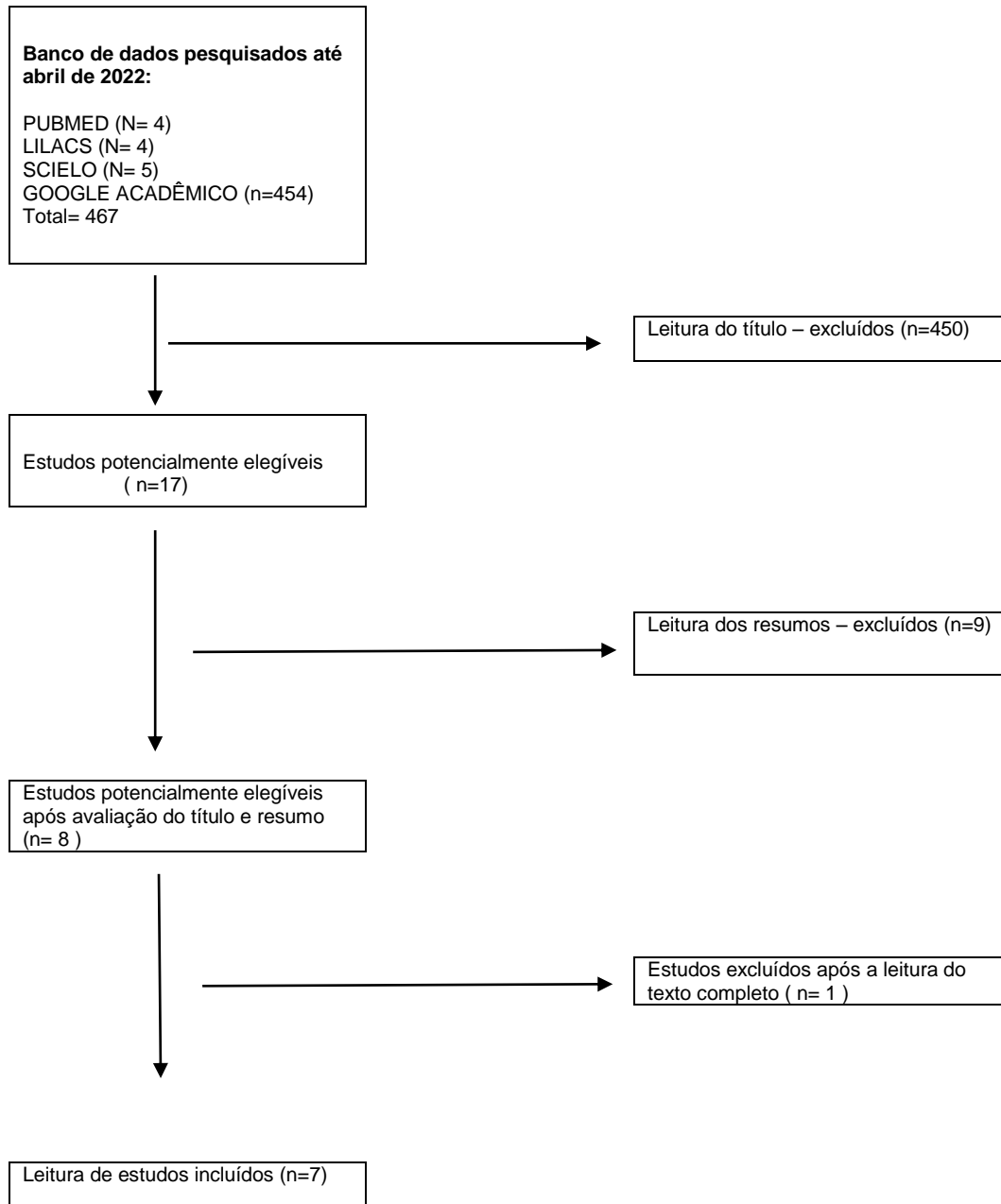
Quadro 01: Motores de busca das bases de dados.

Bases de dados	Motores de busca	Quantidade de artigos
<i>Pubmed</i>	((injuries[Text Word]) AND ("amateur athletes"[Text Word])) AND (football[Text Word]) NOT ("professional athletes"[Text Word])	4
<i>Lilacs</i>	(Lesões) AND (atletas amadores) AND NOT (atletas profissionais) AND (futebol)	4
<i>Scielo</i>	(Lesões) AND (atletas amadores) AND NOT (atletas profissionais) AND (futebol)	5
<i>Google Acadêmico</i>	(Lesões) EM ("atletas amadores") DE (futebol) NÃO ("atletas profissionais")	454
Total de artigos		467

Fonte: Autor 2022

Após pesquisa nas bases de dados, alcançamos um total de 467 potenciais estudos, conforme apresentado no fluxograma abaixo:

Fluxograma 01: Motores de busca das bases de dados.



Fonte: Autor 2022

Quadro 02: Sumário metodológico dos quatro estudos incluídos.

AUTOR	TÍTULO DO ARTIGO	OBJETIVO DO ESTUDO	LOCAL DO ESTUDO	ANO DA COLETA	TECNICA DE AMOSTRAGEM	TAMANHO DA AMOSTRAGEM	SEXO	FAIXA ETARIA
DA SILVA, Alisson Antônio et al	Percepção de atletas amadores de futebol da cidade de Gurinhém-PB sobre possíveis lesões	Verificar a percepção de atletas amadores da cidade de Gurinhém-PB sobre possíveis lesões nos jogos	Brasil	2019	Não informado	60 Entrevistas	M	18 A 47
SILVA, José Jadielson da	Lesões em praticantes de futebol recreacional	Revisar na literatura a prevalência de lesões em praticantes de futebol recreacional, descrevendo o perfil em praticantes de futebol amador e ainda caracterizando os tipos de lesões.	Brasil	2017	Não informado	3409 participantes	M, F	Não informado
PINTO, Matheus Figueiredo Costa de Almeida	Prevalência de lesão em atletas em um clube de futebol amador no distrito federal	verificar e descrever a prevalência de lesão em atletas amadores de futebol no Distrito Federal	Brasil	2018	Não informado	26 atletas	M	Acima de 16 anos
SANTOS, Mauro Rodrigues dos et al	Resultados da reconstrução do ligamento cruzado Anterior em atletas amadores de futebol	Avaliar o índice de retorno à prática do futebol entre atletas amadores submetidos à reconstrução do LCA	Brasil	2014	Não informado	97 atletas/pacientes	M	15 A 58 anos
Zanuto et al	Análise epidemiológica de lesões e perfil físico de atletas do futebol amador na região do Oeste Paulista	definir o perfil físico dos atletas e estudar epidemiologicamente as lesões sofridas.	Brasil	2013	Não informado	50 futebolistas	M	Não informado
Selistre et al	Incidência de lesões nos jogadores de futebol masculino sub-21 durante os Jogos Regionais de Sertãozinho-SP de 2006	Realizar um levantamento epidemiológico das lesões no Futebol de Campo	Brasil	2006	Aleatória	1122 atletas	M	Entre 16 e 20 anos
Stewien et al	Ocorrência de entorse e lesões do joelho em jogadores de futebol da cidade de Manaus, Amazonas	determinar a ocorrência de entorse do joelho e lesões decorrentes	Brasil	2001	Não informado	97 jogadores	M, F	19 a 36 anos

Fonte: Autor 2022

Num primeiro momento foi feita a leitura dos títulos, estudos que não atendiam a temática do presente estudo foram excluídos. Assim chegou-se a um total de 17 estudos. Num segundo momento foi feita a leitura dos resumos, totalizando assim 8 artigos.

Destes 8 estudos restantes foram arbitrariamente selecionados 7 estudos que atendiam aos critérios do presente estudo e foram lidos na íntegra.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

O objetivo do presente estudo foi revisar os potenciais estudos nacionais acerca das lesões em jogadores de futebol. A gravidade da lesão é caracterizada de acordo com o tempo em que o jogador fica fora das próximas partidas para a recuperação, sendo as lesões menores provocando entre 1 a 7 dias de afastamento, as lesões moderadas de 8 a 21 dias, enquanto as lesões sérias o afastamento necessita cerca de 21 dias para a recuperação.

DA SILVA, et al (2018), concluiu que os jogadores se lesionam, em sua maioria, por motivos gerados em decorrência de fatores ambientais como, por exemplo, buracos no campo de jogo e o terreno molhado os quais aumentam potencialmente o risco de lesões. Outro ponto observado pelos autores é que, durante as partidas, os jogadores têm a percepção de que a probabilidade de se lesionar, é maior caso esteja chovendo. O fato de o gramado ou a terra estar apenas molhada, não é um motivo para que os atletas diminuam a intensidade do jogo, o que possivelmente pode ser motivo das lesões ocorridas entre eles.

Ainda segundo DA SILVA, et al (2018) analisando as lesões de acordo com o segmento corporal identifica-se que os membros inferiores são os que sofrem maior risco de lesões durante as partidas. As articulações do joelho e tornozelo são as mais frequentemente lesionadas. Em sua grande maioria são lesões consideradas de grau leve de severidade tendo os hematomas e os arranhões como campeões de ocorrência.

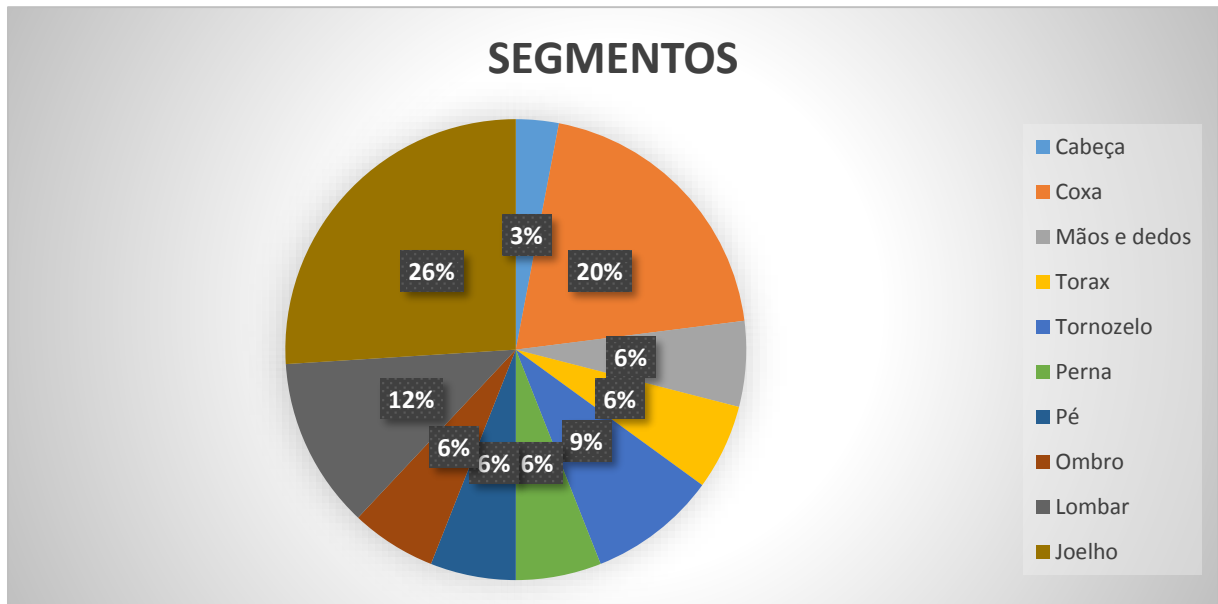
Um entendimento lógico também ficou bastante evidente quando percebido que conforme os jogadores passam mais tempo jogando, maior é a chance de se lesionarem. Isso é explicado pelo fato de atletas amadores em sua grande maioria não passarem por um treinamento técnico, tático e físico específico. Nas partidas amadoras pouco existe ou quase não existe uma diferença entre treino e jogo, ou seja, a intensidade é quase sempre a mesma o que equipara o risco de acontecerem lesões de forma recorrente também durante os treinos. Por fim, o estudo identifica que o risco de ocorrerem lesões no futebol amador aumenta durante os jogos decisivos ou entre times que são considerados rivais.

Corroborando com DA SILVA, et al (2019) o estudo de DA SILVA, (2017) aponta que as lesões se tornam ainda mais frequentes e graves quando se trata de jogadores amadores, que se utilizam da prática desportiva apenas como forma recreacional, sem passar por um preparo físico rotineiro no sentido da prevenção de lesões profilático.

O estudo de Zanuto et al (2013), revela as regiões do corpo com maior prevalência de lesões em praticantes amadores de futebol: coxa (38%), tornozelo (24%), joelho (10%), perna

(10%), membros superiores (10%), pé (5%) e tronco (5%), onde os mecanismos de lesão ocorrem por trauma (38%), entorse (38%), aceleração (14%) e chute (10%). No mesmo sentido, Pinto (2018) revelou que os atletas amadores de futebol apresentam grande risco de lesões musculoesqueléticas, principalmente na região da coxa e do joelho, que demonstram ser as regiões mais acometidas por essa população, dados similares são apresentados na figura abaixo:

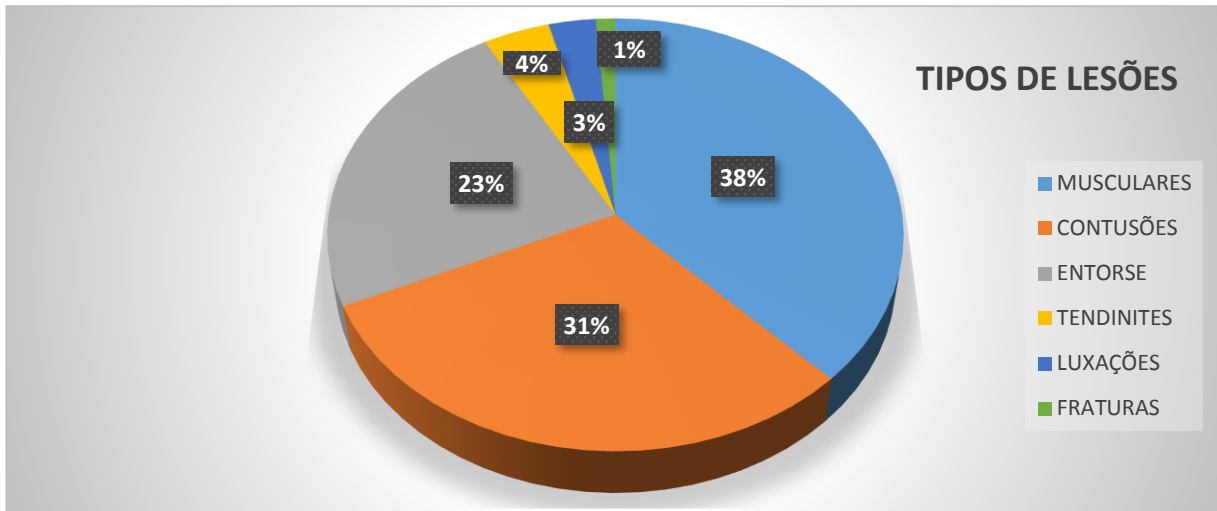
Figura 01: Lesões por segmentos em praticantes de futebol amador



Fonte: autor 2022

Selistre et al (2016) observou em seu estudo a quantidade de lesões por tipo, conforme apresentado na figura abaixo:

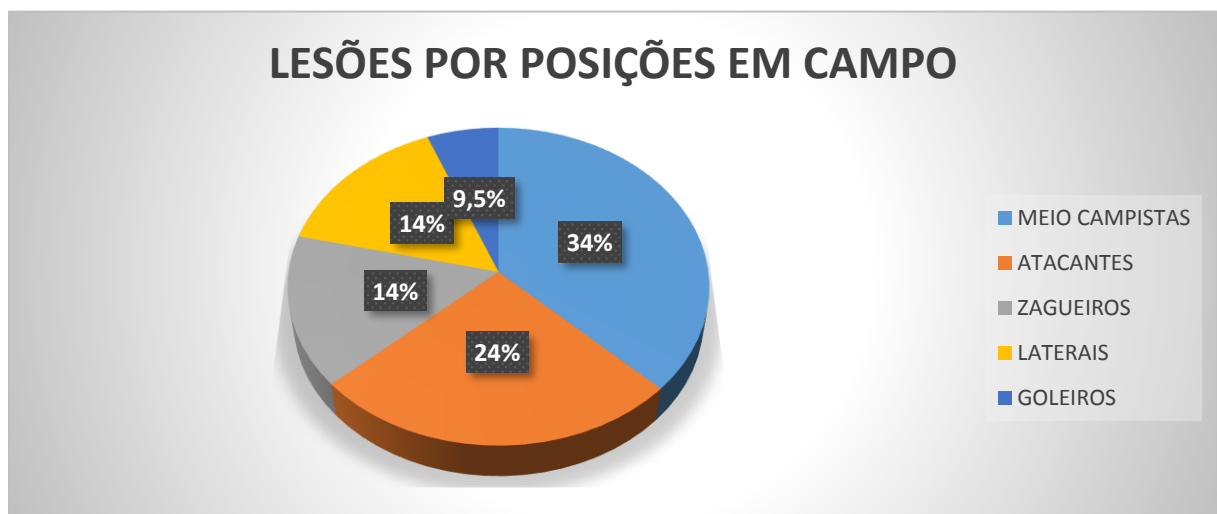
Figura 02: tipos de lesões em praticantes de futebol amador



Fonte: autor 2022

Dados semelhantes também foram observados por Stewien et al (2015) o qual observou que a maioria dos atletas com história de entorse jogavam na posição de meio-campo, seguido de defesa e de ataque Zanuto et al (2013) também observou que jogadores que mais sofreram lesões foram os meios-campos seguidos pelos atacantes, zagueiros, laterais e os goleiros conforme apresentado na figura abaixo:

Figura 03: lesões por posições em campo em praticantes de futebol amador

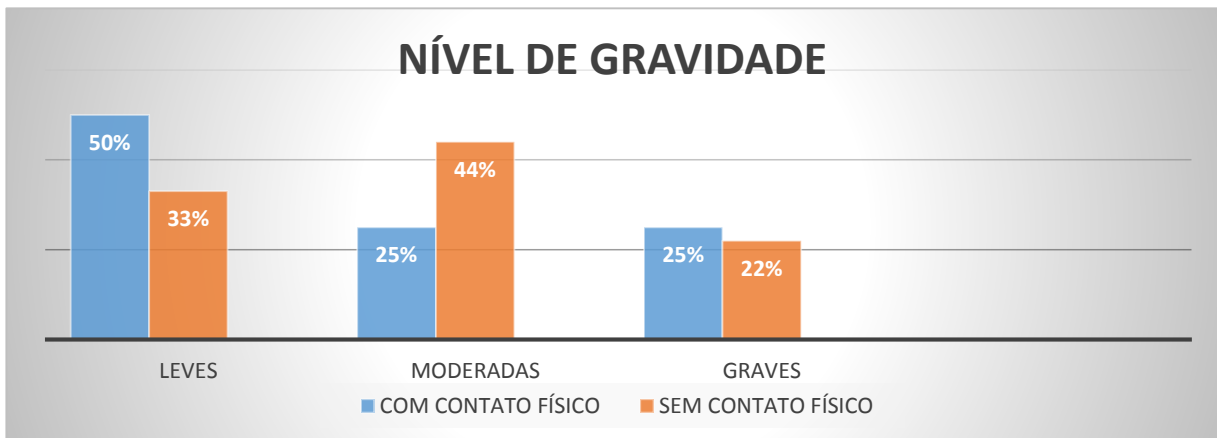


Fonte: autor 2022

Selistre et al (2016) os resultados apresentaram como a maior circunstância das lesões o contato físico com outros jogadores (57%), sendo o trauma o principal mecanismo de lesão (38%), empatado com entorse (38%), seguidos por disparo/aceleração e o chute a gol.

Segundo o nível de gravidade da lesão, em seu estudo, Zanuto et al (2013) classificou a gravidade das lesões em: lesões causadas por contato físico e lesões sem contato físico. A figura abaixo apresenta a ocorrência das lesões e o nível de gravidade destas. Em tempo de afastamento menor que sete dias as lesões são classificadas como leves, em afastamento de 7 a 21 dias são classificadas em casos moderados e em afastamento maior que 21 dias são lesões graves.

Figura 04: nível de gravidade das lesões em praticantes de futebol amador

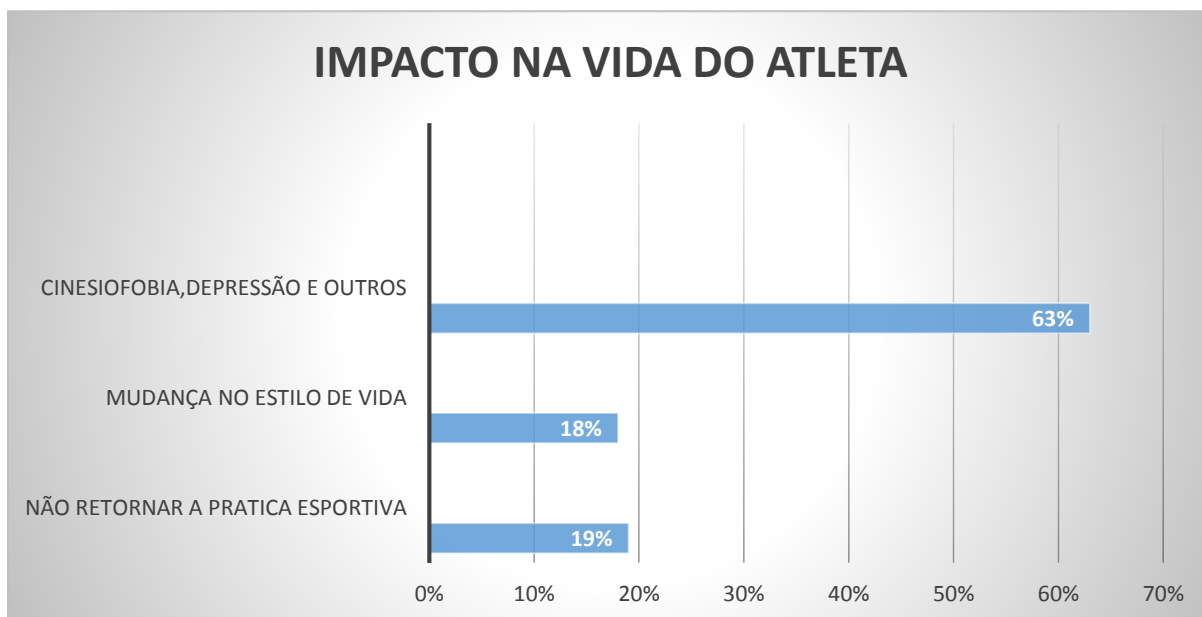


Fonte: autor 2022

SANTOS, et al (2014) al traz em seu estudo uma relação que demonstra o nível de impacto da vida de atletas amadores que sofrem com lesão do ligamento cruzado anterior (LCA) ocorrida devido a prática do futebol amador. Ele cita em seu estudo os dados levantados por Gobi et al que descreve que 35% de atletas acometidos de lesão de LCA não retornam mais ao mesmo nível de prática esportiva devido a mudança do estado de vida ou pelo medo de uma nova lesão.

Ainda segundo o autor, a principal causa para o abandono dos esportes é o medo de uma nova lesão (19% dos pacientes não retornam à prática esportiva) assim como a mudança no estilo de vida (18% dos pacientes). Outros fatores como cinesiofobia que é o medo exagerado, irracional e excessivo de movimentos e de atividades físicas, a depressão, a ansiedade e o distúrbio do humor também são causas para o abandono dos esportes, conforme apresentado na figura abaixo:

Figura 05: Impacto das lesões na vida de atletas amadores praticantes de futebol



Fonte: autor 2022

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo evidenciou que são diversos os fatores que potencializam a ocorrência de lesões em atletas de futebol amador entre os fatores mais observados de acordo com os dados coletados estão os fatores ambientais como buracos no campo de jogo que aumentam potencialmente o risco de lesões, o terreno molhado e as fases dos jogos decisivos ou entre times que são considerados rivais momento esse que eleva muito a intensidade do jogo.

Os riscos de lesões são previsíveis podendo prejudicar os jogadores na realização de tarefas diárias e rotineiras de uma vida normal, sendo assim o presente estudo deixa notório a necessidade da importância de serem tomados todos os cuidados que minimizem os fatores de risco proporcionando assim uma prática de futebol amador mais segura e que não acarrete em impactos negativos na vida dos praticantes.

Além disso o presente estudo teve a intenção de contribuir cientificamente para área, revisando os potenciais estudos.

REFERÊNCIAS

- BRACHT, V.; ALMEIDA, F, Q. a política de esporte escolar no Brasil: a pseudo valorização da educação física. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, v. 24, n. 3, p. 87-101, maio de 2003.
- DA CRUZ, Igor Henrique Pereira; JÚNIOR, Adroaldo José Casa. Estudo comparativo das lesões musculoesqueléticas entre atletas profissionais e amadores de voleibol. *SAÚDE DINÂMICA*, v. 2, n. 4, p. 137-155, 2020.
- DA SILVA, Alisson Antônio et al. A percepção de atletas amadores de futebol da cidade de Gurinhém-PB sobre possíveis lesões. *Diálogos em Saúde*, v. 1, n. 1, 2019.
- GOMES, Fábio Miguel Azevedo. Prevenção nas lesões do membro inferior em praticantes de futebol: contributos de uma revisão sistemática da literatura para a Enfermagem. 2018. Trabalho de Conclusão de Curso. [sn].
- KELLER, C.S.; NOYES, F.R.; BUNCHEER, C.R. The medical aspects of soccer injury epidemiology. *The American Journal Sports Medicine*, Waltham, v.15, n.3, p.105-12, 1987
- LIMA, Bruno Iosephe Roberto dos Santos. Efeitos da fisioterapia preventiva em atletas: uma revisão bibliográfica. 2018
- LIMA, Marta Gonçalves. Análise do perfil lesional dos jogadores de uma equipa de futebol sénior amador. 2020. Trabalho de Conclusão de Curso. [sn].
- MEZZARROBA, Cristiano. Os Jogos Pan-americanos Rio/2007 e o agendamento midiático-esportivo: um estudo de recepção com escolares. 2008. Tese de Doutorado. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Centro de Desportos, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis.
- PINTO, Matheus Figueiredo Costa de Almeida. Prevalência de lesão em atletas em um clube de futebol amador no Distrito Federal. 2018.
- PROTA, Vieira Machado et al. *Fisioterapia Esportiva: Prevenção e Reabilitação de Lesões Esportivas em Atletas do América Futebol Clube*. 2005.
- SANTOS, Mauro Rodrigues dos et al. Resultados da reconstrução do ligamento cruzado anterior em atletas amadores de futebol. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, v. 20, p. 65-69, 2014.
- SILVA, José Jadelson da. Lesões em praticantes de futebol recreacional: uma revisão. 2017.
- ZANUTO, Everton Alex Carvalho; HARADA, Hiroyuki; GABRIEL FILHO, Luís Roberto Almeida. Análise epidemiológica de lesões e perfil físico de atletas do futebol amador na região do Oeste Paulista. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, v. 16, p. 116-120, 2010.

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. IBGE 2010. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/estatisticas/sociais/saude/9662-censo-demografico-2010.html?=&t=destaques>. Acessado às 14:50 de 08 de junho de 2022.

Fifa – international federation of football association. Disponível em: <http://www.fifa.com>
Acesso em 09 de junho de 22.

ROCHA, Pedro Henrique Bordoni. Análise das incidências de lesões musculoesqueléticas em praticantes de futebol amador e suas variações. 2019

SELISTRE, Luiz Fernando Approbato et al. Incidência de lesões nos jogadores de futebol masculino sub-21 durante os Jogos Regionais de Sertãozinho-SP de 2006. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, v. 15, n. 5, p. 351-354, 2009.

STEWIEN, Eduardo Telles de Menezes; CAMARGO, Osmar Pedro Arbix de. Ocorrência de entorse e lesões do joelho em jogadores de futebol da cidade de Manaus, Amazonas. *Acta Ortopédica Brasileira*, v. 13, n. 3, p. 141-146, 2005.