



AValiação Funcional de Membros Inferiores de Jovens Atletas de Handebol Feminino

Matheus Pauletti Cecconi (BIC-UCS), Matheus Pauletti Cecconi, Elias Franzoi Eberle, Guilherme Faria Balbinot, Leandro Viçosa Bonetti, Gerson Saciloto Tadiello, Leandro Viçosa Bonetti (Orientador(a))

O handebol é um esporte que requer um número extenso e uma grande variedade de movimentos como saltos, sprints e mudanças de direção; além de grandes exigências de membros inferiores. Estudos epidemiológicos demonstram que há uma grande incidência de lesões de tornozelo e joelho em praticantes de handebol. Devido a isso, métodos de avaliação funcional, que incorporam tarefas e gestos específicos dos esportes, são cada vez mais utilizados na prevenção e reabilitação de lesões esportivas. Entre os testes mais utilizados, destaca-se o Y-balance test (YBT), que é empregado para avaliar equilíbrio dinâmico, controle neuromuscular, amplitude de movimento, força, flexibilidade e propriocepção dos membros inferiores; mas há poucos estudos que avaliam jovens atletas. Diante do exposto, o objetivo principal deste estudo foi analisar o desempenho funcional dos membros inferiores de jovens atletas de handebol. Fizeram parte da amostra, 12 jovens atletas de handebol, do sexo feminino, com idade média de 13,92 ($\pm 0,66$) da equipe sub-15 da Universidade de Caxias do Sul. Para a realização do YBT, três fitas métricas foram colocadas no solo nas direções anterior (ANT), póstero-lateral (PL) e póstero-medial (PM). As atletas foram posicionadas centralmente à três, em apoio unipodal no membro inferior a ser testado, com as mãos na cintura e foi solicitado que buscassem alcançar a maior distância possível em cada uma das direções, três vezes para cada membro. Os valores médios das três direções (ANT, PL e PM) e da pontuação composta ((soma das 3 direções \div 3 X comprimento do membro inferior) X 100), de ambos os membros, foram analisados. Foi utilizado o teste t pareado, com nível de significância de $p < 0,05$ para a comparação entre o membro dominante e membro não-dominante. Os resultados não demonstraram diferenças estatisticamente significativas entre os membros em nenhum dos parâmetros analisados; entretanto, os valores da pontuação composta se apresentaram abaixo dos valores normativos sugeridos pela literatura. Como conclusão, acredita-se que a excelente simetria entre os membros se justifica pela especificidade do esporte, pois os gestos esportivos do handebol apresentam exigências físicas simétricas de membros inferiores. No entanto, os baixos valores da pontuação composta evidenciam um risco aumentado de lesões nas articulações de tornozelo e joelho, além de exercerem uma influência negativa no desempenho esportivo das atletas avaliadas.

Palavras-chave: Avaliação funcional , Membros inferiores , Handebol

Apoio: UCS