

Prevalência de Dor no Ombro em Nadadores: Revisão Sistemática



P. Cabral Monteiro, J. Azevedo, R. Cardoso, I.M. Silva, N. Ventura, A. Seixas
Escola Superior de Saúde da Universidade Fernando Pessoa



INTRODUÇÃO

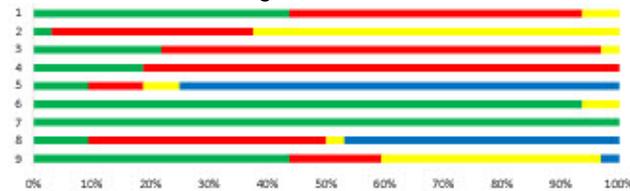
A dor no ombro é a queixa musculoesquelética mais frequente na natação, sendo esta de etiologia multifatorial.

OBJETIVO

Rever e sumariar a literatura existente acerca da prevalência de dor no ombro em nadadores, bem como verificar qual a influência do género, IMC, estilo nadado, volume de treino e anos de prática desta modalidade na prevalência de dor no ombro em nadadores.

METODOLOGIA

Quatro bases de dados (*Academic Search Complete, PubMed, SPORTDiscus e Web of Science*), um motor de busca académico (*Google Scholar*) e as referências bibliográficas dos estudos avaliados para elegibilidade foram utilizados para efetuar a pesquisa. Incluíram-se estudos observacionais em nadadores do género masculino e do género feminino, reportando dados, ou que permitam o cálculo, de prevalência de dor no ombro, com uma amostra superior a 10 indivíduos, e publicados em português, inglês, espanhol, italiano ou francês. Um total de 404 artigos foram identificados, dos quais 32 foram incluídos (envolvendo 4922 nadadores), de acordo com os critérios de elegibilidade.



Legenda: (1) A base da amostragem foi apropriada para atender à população-alvo?; (2) Os participantes do estudo foram amostrados de maneira apropriada?; (3) O tamanho da amostra foi adequado?; (4) Os indivíduos do estudo e o contexto foram descritos em detalhe?; (5) A análise dos dados foi realizada com cobertura suficiente da amostra identificada?; (6) Foram utilizados métodos válidos para a identificação da condição?; (7) A condição foi mensurada de forma estandarizada e fiável em todos os participantes?; (8) A análise estatística foi realizada de forma apropriada?; (9) A taxa de resposta foi adequada e, no caso de não ter sido, a baixa taxa de resposta foi gerida adequadamente?
Verde – Sim; **Vermelho** – Não; **Amarelo** – Pouco Claro; **Azul** – Não Aplicável

RESULTADOS

A prevalência de dor no ombro em nadadores é elevada, uma vez que se verificou que pelo menos metade dos estudos reportaram valores de prevalência iguais ou superiores a 30.3%, 54%, 39.8%, 42%, 64% e 36.55% respetivamente aos seguintes períodos de avaliação: **no momento, 1 mês, 6 meses, 12 meses, toda a vida e não especificado.**

CONCLUSÕES

O género feminino encontra-se intimamente associado à prevalência de dor no ombro em nadadores. No entanto, a literatura não parece ser consensual relativamente à associação entre a prevalência de dor no ombro e IMC, estilo de natação predominante, volume de treino e anos de prática desta modalidade. A qualidade metodológica dos estudos sugere algum cuidado na interpretação dos resultados.

DISCUSSÃO

Género:

Os problemas músculo-esqueléticos são mais comuns nas mulheres em comparação com os homens. Este resultado pode ser atribuído ao facto de as mulheres serem, geralmente, de menor estatura e, conseqüentemente, terem uma braçada mais curta do que as dos nadadores do género masculino. Por este motivo, verifica-se um aumento do risco de as nadadoras reportarem dor no ombro, por sobreuso, devido a uma maior quantidade de braçadas por percurso.

IMC:

O IMC pode ser considerado um fator preditivo de dor, em nadadores, por diversas razões, incluindo um aumento relativo da massa muscular ou da gordura corporal em relação à altura. Nos nadadores de competição, é mais provável que o IMC reflita a massa muscular, e esteja mais correlacionado com o peso muscular, do que com a percentagem de gordura.

Estilo:

As forças propulsivas fornecidas pelos membros superiores, nos quatro estilos praticados na natação, são uma das principais causas de dor no ombro nesta modalidade. Nos nadadores de estilos, a combinação de várias braçadas, que implicam diferentes técnicas desta modalidade, pode aumentar o risco de dor no ombro devido a mudanças abruptas na biomecânica, juntamente com a combinação dos fatores de risco de cada braçada.

Volume de Treino:

A dor no ombro é diretamente proporcional ao volume de treino.

Anos de Prática de Nataçao:

A dor no ombro é diretamente proporcional aos anos de prática de natação.



Aceda à versão completa do trabalho