



**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE EXCELÊNCIA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM
UNIDADE DE ENSINO VITÓRIA DA CONQUISTA - BAHIA**

**JOÃO PEDRO SANTOS SILVA
MATHEUS SANTANA ALVES**

**A ATUAÇÃO DO ENFERMEIRO NO ACOMPANHAMENTO DE ATLETAS E
DESPORTISTAS: Uma revisão integrativa**

**VITÓRIA DA CONQUISTA - BAHIA
2023**

**JOÃO PEDRO SANTOS SILVA
MATHEUS SANTANA ALVES**

**A ATUAÇÃO DO ENFERMEIRO NO ACOMPANHAMENTO DE ATLETAS E
DESPORTISTAS: Uma revisão integrativa**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Centro
Universitário de Excelência, Unidade de Vitória da
Conquista – Ba. como requisito obrigatório para obtenção
do título de Bacharel em Enfermagem.

Orientadora: Grazielle Prates Lourenço dos Santos
Bittencourt.

**VITÓRIA DA CONQUISTA – BAHIA
2023**

A ATUAÇÃO DO ENFERMEIRO NO ACOMPANHAMENTO DE ATLETAS E DESPORTISTAS: Uma revisão integrativa

João Pedro Santos Silva¹

Matheus Santana Alves²

Grazielle P. Lourenço S. Bittencourt³

RESUMO

Introdução: O acompanhamento da enfermagem em atletas e desportistas é de extrema importância para definir estratégia e intervenção com foco na promoção à saúde, onde apresenta um índice elevado de lesões musculoesqueléticas que são definidas como um conjunto de patologias causadas pela prática da sobrecarga na atividade física. **Objetivo:** O presente estudo teve como objetivo de realizar uma revisão integrativa sobre a “A atuação do enfermeiro no acompanhamento de atletas e desportistas.” **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa a partir de 7 estudos publicados entre os anos de 2019 a 2023 nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SCIELO), Medline, Google Acadêmico, e Literatura Latino-Americana em Ciências da Saúde (LILACS). **Resultados:** Os artigos identificaram resultados buscados em relação ao trabalho do enfermeiro no acompanhamento de atletas e desportistas, frente às lesões musculoesqueléticas sofridas durante o esporte, e utilização de métodos preventivos e de reabilitação a esses incidentes. **Conclusão:** Esse estudo permite entender a necessidade e importância do papel do enfermeiro frente aos cuidados com os atletas e desportistas, diante da prevenção, cuidado e reabilitação dos usuários, traçando planos e metas individuais.

Palavras-chaves: Lesões do Esporte. Reabilitação. Esporte. Enfermagem. Atletas. Desportistas.

1 Discente do curso de Enfermagem do Centro Universitário de Excelência (UNEX/VIC), e-mail: joaopedrosantossilva96@gmail.com. Vitória da Conquista, Bahia.

2 Discente do curso de Enfermagem do Centro Universitário de Excelência (UNEX/VIC), e-mail: matheus_santtana@hotmail.com. Vitória da Conquista, Bahia.

3 Professora Orientadora do Centro Universitário de Excelência (UNEX/VIC), docente, e-mail: glsantos.vic@ftc.edu.br. Vitória da Conquista, Bahia.

THE NURSE'S ROLE IN MONITORING ATHLETES AND SPORTSMEN: An integrative review

João Pedro Santos Silva¹

Matheus Santana Alves²

Grazielle P. Lourenço S. Bittencourt³

ABSTRACT:

Introduction: Nursing monitoring of athletes and sportspeople is of paramount importance for defining strategies and interventions focused on health promotion. This is particularly relevant due to the high incidence of musculoskeletal injuries attributed to the physical demands of sports activities. **Objective:** This study aimed to conduct an integrative review on "The role of nurses in the care of athletes and sportspeople." **Methodology:** An integrative review was carried out based on seven studies published between 2019 and 2023, sourced from Scientific Electronic Library Online (SCIELO), Medline, Google Scholar, and the Latin American Literature in Health Sciences (LILACS) databases. **Results:** The articles identified key findings related to the nurse's role in monitoring athletes and sportspeople, particularly concerning musculoskeletal injuries sustained during sports activities. The study also explored the utilization of preventive and rehabilitative methods to address these incidents. **Conclusion:** This research underscores the necessity and significance of the nurse's role in caring for athletes and sportspeople by emphasizing prevention, care, and rehabilitation, and by devising individualized plans and goals for users.

Keywords: Sports Injuries. Rehabilitation. Sports. Nursing. Athletes. Sportspeople.

1 INTRODUÇÃO

As lesões musculoesqueléticas, são definidas como um conjunto de patologias que afetam os músculos, articulações, tendões, nervos, ligamentos, discos vertebrais, cartilagens, vasos sanguíneos ou tecidos, podendo ser causadas ou agravadas pela prática de atividade física. (Martins, Saramago, Carvalho, 2021).

Relacionadas à prática desportiva, as lesões podem ser de origem traumática aguda, ou resultado de uma sobrecarga no sistema musculoesquelético. Além disso, são designadas por repetitivos esforços, que acabam produzindo uma serie de danos nos tecidos do sistema muscular, acumulados ao longo do tempo. Essa sobrecarga no sistema musculoesquelético, e uma das causas atuais que ocasionam inúmeras lesões nos desportistas, acontecendo elas em qualquer faixa etária. (Martins, Saramago, Carvalho, 2021).

O esporte vem sofrendo muitas mudanças ao longo do tempo e a cada temporada que passa, os esportes vêm exigindo cada vez mais dos atletas, portes fisicamente nos padrões, com estratégias táticas, obrigando-os assim, a trabalharem no máximo potencial físico, levando-os a exaustão máxima, tornando assim cada vez mais propícios a sofrerem várias lesões musculoesqueléticas. Essas práticas desportivas, caracteriza-se pelo contato e colisão com outros atletas durante a realização das suas atividades, pois resultam em fortes impactos, estando assim vulneráveis a sofrerem lesões musculoesqueléticas (Salvador, 2022).

Basicamente atletas que tem melhores acompanhamentos profissionais estão mais preparados para realizarem certos tipos de esportes, conseqüentemente, diante do preparo vai haver uma menor probabilidade de acontecer lesões, porém aqueles atletas e desportistas sem preparação adequada ou conhecimento acerca dos acidentes imprevistos, são os que tem mais chances de se lesionarem. Isso evidencia que os desportistas estão cada vez mais expostos ao extremo do físico o tempo todo, com acelerações e desacelerações, freadas bruscas, saltos, quedas, entre outros acidentes, aumentando as probabilidades de ocorrerem lesões, rompendo as fibras musculares ou estiramentos (Salvador, 2022).

Cada programa de prevenção têm de ser sempre elaborados individualmente, caso a caso, tendo como ponto de partida os resultados de avaliações de exames preparatórios, que devem considerar o equilíbrio muscular entre a força e a elasticidade, os padrões posturais, flexibilidade articular, existência de lesões e patologias secundárias que indivíduos possam ter, limitando assim o desempenho do desportista (Cabral, 2017).

Ao fazer menção ao papel do enfermeiro na reabilitação e condução desse paciente, refere-se ao tratamento e à prevenção no esporte, que é fundamental pois é considerado um dos

profissionais com a capacidade de avaliar de forma adequada as limitações do desportista, associada ao conhecimento da magnitude e tipo de sobrecarga que estar suscetível (Saramago, 2019).

Tornando assim, uma ferramenta essencial que norteia a promoção de assistência com foco nas queixas e necessidades dos atletas que estão sendo acompanhados dentro da prestação de assistência. Dispondo de um histórico dos atletas e desportistas, o enfermeiro pode definir estratégias e intervenções com foco na promoção a saúde, onde vão ser inseridos em momentos de lazer na qual os indivíduos vão trabalhar a sua liberação de energia através de práticas de atividades físicas e liberação da carga psicológica que enfrentam diante das diversas competições em que estão inseridos (Koepp et al., 2020).

Incluindo uma série de alternativas preparatórias a exemplo dos alongamentos assistência do autocuidado, monitorização dos sinais vitais, apoio emocional, controle da dor, cuidado e tratamento das lesões eventualmente sofridas e administração de terapias medicamentosas e não farmacológicas, conforme prescrição e trabalho da equipe de saúde, respeitando sempre os critérios antidoping (Koepp et al., 2020).

A recuperação e prevenção adequada das lesões é de grande importância, bem como o controle do retorno à prática desportiva, que devem ser trabalhados para promoção e disseminação do conhecimento. Por isso, o presente trabalho teve como objetivo elaborar uma revisão integrativa sobre a atuação do enfermeiro no acompanhamento de atletas e desportistas, de modo que se possa desenvolver uma investigação sobre tal temática, que ainda não é muito discutida, especificamente, ao se tratar de lesões frequentes sofridas pelos atletas e desportistas que, na maioria das vezes, não contam com o acompanhamento de um profissional da enfermagem.

2 METODOLOGIA

2.1 TIPO DE ESTUDO

Trata-se de um estudo qualitativo que tem como objetivo uma ampliação do conhecimento como um processo construído socialmente pelas pessoas no cotidiano na qual mudam e são constantemente mudadas. O estudo refere-se a uma revisão integrativa, método que possibilita conhecimentos da literatura teórica ou empírica, onde os estudos incluídos na revisão serão analisados a fim de que possa permitir ao leitor o conhecimento sobre o assunto, com intuito de criar uma narrativa explícita e relevante (Mendes; Silveira; Galvão, 2019).

2.2 IDENTIFICAÇÃO DAS FONTES

Esse trabalho foi realizado através das pesquisas em bases de dados para seleção de artigos científicos publicados nos últimos 5 anos, referentes ao tema: A atuação do enfermeiro no acompanhamento de atletas e desportistas. Além disso, as buscas foram embasadas em artigos nas línguas portuguesa e inglesa, em conexão com a atualidade de novos conhecimentos nos últimos anos. Os critérios de exclusão foram artigos que não condizem com o tema de pesquisa, publicações com tempo de editoração com mais de cinco anos e artigos pagos.

2.3 TÉCNICA E INSTRUMENTO DE COLETA DE DADOS

O trabalho foi realizado através de pesquisas em bases de dados com finalidade de uma elaboração integrativa. Para execução, as palavras-chave consideradas foram: “Lesões do Esporte”, “Reabilitação”, “Esporte”, “Enfermagem”, “Atletas”, “Desportistas”. As plataformas digitais utilizadas foram Scientific Electronic Library Online (SCIELO), Medline, Google Acadêmico e Literatura Latino-Americana em Ciências da Saúde (LILACS).

A pesquisa possibilitou encontrar 2.319 artigos científicos, destes, 19 no SCIELO, 8 em Medline, 2.270 no Google Acadêmico, e 22 no LILACS. Onde 159 foram selecionados pelo título, destes, 43 foram escolhidos para leitura do resumo, 24 lidos na íntegra, mas apenas 7 artigos foram selecionados para a revisão bibliográfica. Esse levantamento de busca foi realizado no mês de agosto do ano de 2023 (Figura 1).

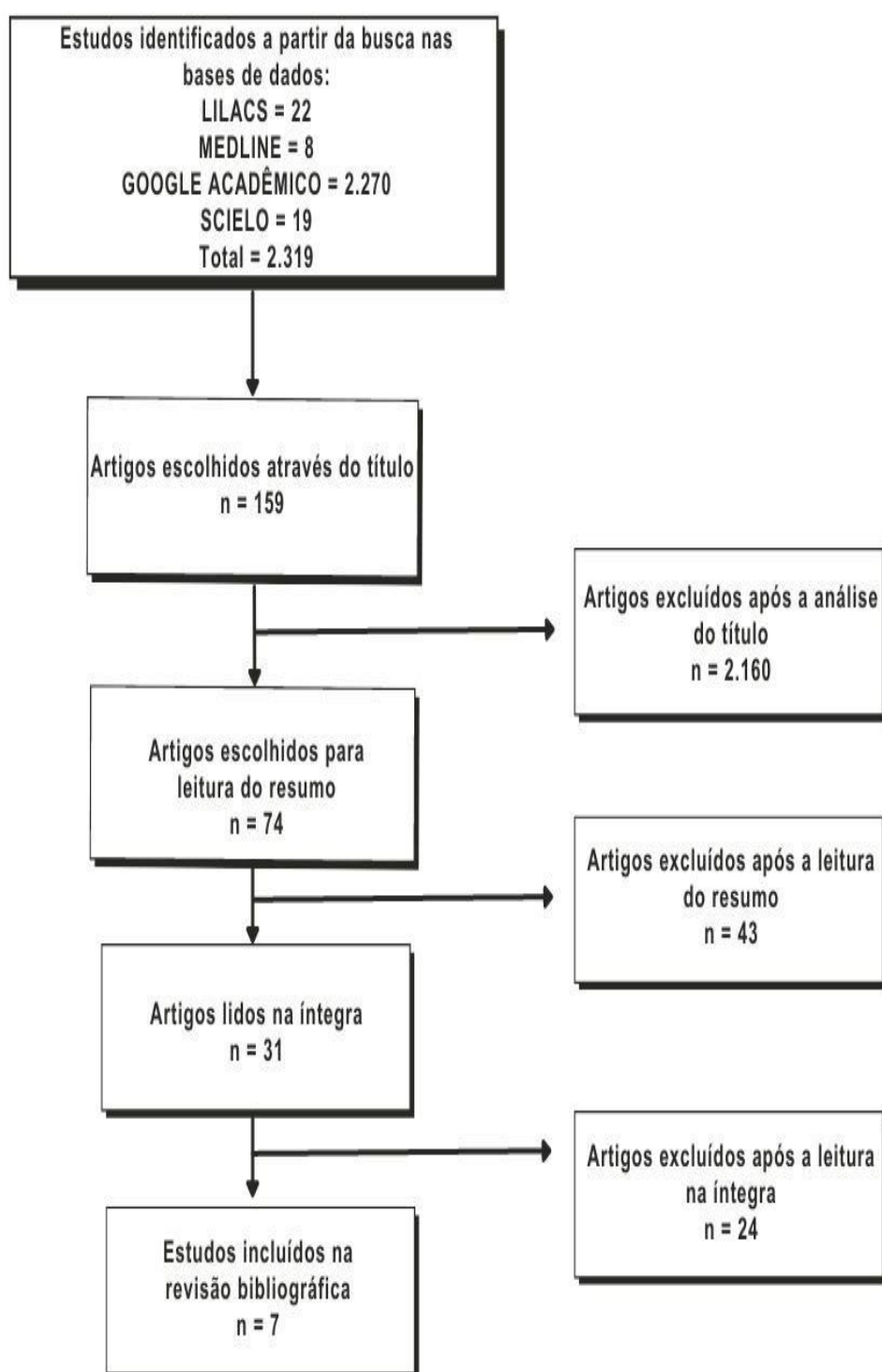


Figura 1 - Fluxograma dos artigos científicos selecionados para revisão integrativa de literatura. Vitória da Conquista, BA, 2023. Fonte: Dados da pesquisa.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados e discussão deste trabalho consistem nos estudos que abordem a atuação do enfermeiro no acompanhamento de atletas, buscando assim através de dados e pesquisas recentes, discussão de métodos de prevenção e tratamento das lesões musculoesqueléticas. Foram selecionados 7 artigos, os quais serão apresentados em forma de quadro, ordenadas por título, autores, ano e país de publicação, periódico, o tipo de estudo e suas principais conclusões. (Quadro 1).

Quadro 1. Artigos científicos selecionados em bases de dados, SciELO, Google Acadêmico, Biblioteca virtual de saúde, Literatura Latino-Americana em Ciências da Saúde (LILACS). Vitória da Conquista BA, 2023.

Título	Autores	Ano e País	Periódico	Tipo de Estudo	Principais Conclusões
Atuação fisioterapêutica nas lesões musculares em jogadores de futebol.	Salvador, U. D. O.	Brasil, 2022	Repositório de dados ages	Pesquisa descritiva.	A equipe de saúde, esportiva, atua pelo menos em quatro grandes domínios: prevenção, atendimento emergencial, reabilitação funcional e retorno à atividade esportiva.
Lesões musculoesqueléticas em jovens desportistas: estudo da prevalência e dos fatores associados.	Martins, R.; Saramago, T.; Carvalho, N.	Brasil, 2021	Revista Cuidarte	Estudo quantitativo, transversal.	A prevalência das Lesão musculoesquelética nos jovens desportistas é de fato elevada e está associada a alguns fatores à prática desportiva, o que justifica a implementação de assistência de enfermagem em programas de prevenção das lesões e promoção da qualidade de vida dos jovens desportistas por parte dos profissionais de saúde.
O desafio do cuidado do enfermeiro ao paciente com lesão musculoesquelética que vivencia a COVID-19.	Domenis, L. A.M. et al	Brasil, 2021	Research, Society and Development .	Abordagem qualitativa descritiva.	Uma assistência de Enfermagem especializada durante o tratamento mostrou -se imprescindível à medida que a ação do enfermeiro gera um forte elo com os pacientes, reforçando a adesão ao tratamento e contribuindo na redução dos quadros de complicações.
Prevenção de lesões musculoesqueléticas nos cuidadores informais de doentes dependentes no	Matos, M. J.; Araújo, C.	Portugal, 2021	Revista Portuguesa de Enfermagem de Reabilitação	Pesquisa descritiva.	Relevância da intervenção da Enfermagem de Reabilitação, na capacitação dos cuidadores informais de doentes dependentes no domicílio, na prevenção das lesões do sistema musculoesquelético.

domicílio: intervenção do enfermeiro especialista em enfermagem de reabilitação.					
Liberação miofascial na prevenção de lesão muscular.	Junior. J	Brasil, 2020	Revista de Ciências da Saúde	Estudo exploratório e descritivo de abordagem qualitativa.	Trabalho da utilização pela equipe de enfermagem através do método fásia, que é uma estrutura formada de tecido conjuntivo, que envolve os músculos e pode sofrer aderências diminuindo o deslizamento dos tecidos. A liberação miofascial é uma técnica de pressão em partes do corpo que tende melhorar a vascularização.
Lesões músculo esqueléticas relacionadas ao trabalho da enfermagem.	Souza. F et al	Brasil, 2019.	Research, Society and Development .	Trata-se de um estudo descritivo exploratório com abordagem quantitativa.	Evidenciação de que a enfermagem continua sendo uma profissão predominantemente feminina e por elas não possuírem o mesmo potencial de desenvolvimento muscular dos homens estão mais sujeitas a desenvolverem Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (DORT). Tendo essa alta taxa de distúrbios osteomusculares entre os trabalhadores poderá ser o início da conscientização para que os gestores e colaboradores das instituições busquem em conjunto, soluções para redução da ocorrência desses agravos sobre as condições de trabalho desses profissionais.
Lesões músculo - esqueléticas em jovens desportistas: importância do	Saramago, T.R.F.	Portugal, 2019.	Revista Científica Enfermeiro de Reabilitação	Estudo quantitativo, descritivo e correlacional.	A prevalência das lesões musculoesqueléticas nos jovens é de fato significativa e varia em função de alguns determinantes sociodemográficos e contextuais; os enfermeiros especialistas em reabilitação poderão beneficiar das conclusões

Enfermeiro de Reabilitação.					obtidas neste estudo, assumindo-se como um subsídio para a melhoria dos cuidados prestados aos jovens desportistas, apostando-se mais na prevenção e promoção da qualidade de vida dos jovens atletas.
--------------------------------	--	--	--	--	--

Tais resultados evidenciaram que o esporte se configura pelo contato físico dos atletas, através de inúmeras possibilidades de colisões entre os atletas, mudanças de direções, acelerações e desacelerações. Resultando assim em probabilidades de lesões nos atletas praticantes, ocasionando em sua maioria intervenções de equipes de saúde, sendo o enfermeiro um dos mais hábeis para realizar tal intervenção no momento (Salvador, 2022).

Dentro dessa perspectiva, os atletas e desportistas entram na busca por alternativas que se evite ou minimize ao máximo o risco de lesões. Por isso, os profissionais que norteiam e traçam planos e metas individuais para cada atleta, se tornam importantes também para prever possíveis danos ao psicológico e bem estar, auxiliando os para que estejam precavidos de futuras lesões e contusões a serem sofridas no esporte, favorecendo sempre uma vivência esportiva mais eficaz, a fim de minimizar os riscos de lesões. (Souza, 2019).

Embora muitas das lesões ocasionadas no esporte, a maioria pode ser superada de maneira fácil, apenas com tratamento e repouso, no entanto, em outros treinos mais excessivos onde os atletas e desportistas estão mais suscetíveis, a incidência de complicações dessas lesões são maiores, podendo até mesmo ocasionar e desencadear patologias secundárias, que podem acometer o sistema musculoesquelético, e em casos extremos, pode conduzir a perturbações do crescimento e desenvolvimento esportivo dos atletas, o que a longo prazo, resulta significativamente em uma incapacidade. (Martins, Saramago, Carvalho, 2021).

A prevenção assume-se deste modo, uma importância fundamental no sentido de que possa se evitar agravamento a inúmeras consequências individuais e sociais. Nesse sentido, torna-se necessário para um bom desenvolvimento esportivo, a adoção de estilos de vida saudáveis, que contribuam para a promoção da saúde, a fim de que possa reduzir o uso anormal e excessivo ao corpo humano (Martins, Saramago, Carvalho, 2021).

Em longo prazo, observa-se um grande aumento no número de ocorrências das lesões, geralmente as que são tratadas mais tardiamente sem qualquer tipo de planejamento ou prevenção, que ocasionam um maior desgaste físico, aumentando a sobrecarga sobre o atleta, até mesmo em casos mais extremos ocasionam o afastamento do esporte, visto que essas alterações podem gerar incapacidades físicas. (Soares; Machado; Reis, 2020).

Geralmente, as causas podem estar relacionadas a um carga de treinamento incompatível com o atleta, que esses praticantes são expostos durante o período de desenvolvimento motor e crescimento corpóreo, ações essas que são desconfortáveis, resultando em hiperextensões, torções, rotações, e até mesmo bloqueios articulares expondo assim os músculos a um alto risco de lesão (Soares; Machado; Reis, 2020).

A liberação miofascial contribui para minimizar a dor muscular de início tardio, geralmente ocasionada após os treinamentos de força ou atividade exaustiva, melhorando significativamente a flexibilidade muscular, promovendo alívio, sustentação e transmissão de forças. (Junior, 2020).

Destaca-se como um importante movimento que pode ser utilizado pela equipe de enfermagem sendo realizado no ambiente onde ocorreu a lesão, podendo ser de maneira ativa ou passiva, através da estimulação do aumento do fluxo sanguíneo da região afetada, melhorando a mobilidade deste tecido lesionado, através da vasodilatação, alívio da dor, relaxamento muscular, benefícios esses que estarão proporcionando uma sensação de bem-estar momentâneo (Junior, 2020).

Essa indução realizada no momento da lesão, tem grande capacidade de promover um aumento da vascularização local na área dessa lesão, que pode ocasionar uma melhora da regeneração das fibras musculares. (Santanna et al., 2022).

Contudo, geralmente essas rupturas no sítio original do trauma são comuns se a mobilização ativa for iniciada imediatamente após a lesão. Um curto período de imobilização desse local lesionado com enfaixamento adesivo firme ou similar é o mais recomendado momentaneamente. Fazendo assim com que esse período de repouso possa permitir que o tecido cicatricial se conecte novamente à falha muscular lesionada (Santanna et al., 2022).

Dentro desses resultados cabe-se afirmar, que o cuidado, prevenção e recuperação tem grande efeito na vida desportiva dos atletas, tendo uma visão positiva do enfermeiro em trazer segurança e confiança no senso comum do papel de cuidar e proteger a saúde e promover o bem-estar.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Sabe-se que o esporte é um modo fantástico de envolvimento do corpo físico, porém está susceptível a ocorrência de lesões musculares com frequência, sendo importante identificar indícios nos atletas e desportistas de ações que podem ocasionar lesões ou patologias secundárias em um futuro próximo, cabendo assim o início dos tratamentos preventivos individualmente de cada desportistas, e se caso vier acontecer lesões, trata-las com um total índice de probabilidade de recuperação.

O conhecimento do papel da enfermagem desportiva vem crescendo a cada dia no Brasil, sendo esse profissional cada vez mais indicado para compor equipes que fazem a assistência e cuidado da saúde dos atletas. No entanto, é importante entender as delimitações da atuação do enfermeiro dentro de uma equipe de saúde desportiva.

Este estudo foi elaborado com o intuito de contribuir com a multidisciplinaridade, sendo essencial para o conhecimento da enfermagem e dos atletas de alto rendimento ou por desportistas que praticam para o bem estar, mostrando assim os resultados, entendendo as lesões musculares e o seu efeito na vida profissional ou social dos indivíduos, em relação ao trabalho prestado pela equipe em especial do enfermeiro no trabalho de prevenção, cuidado e recuperação dos esportistas.

Tal temática deve ser muito trabalhada pois ainda não é de conhecimento da sociedade a importância do papel do enfermeiro, por isso, faz-se necessário ao desenvolvimento de novos estudos a respeito do acompanhamento de atletas por enfermeiros e eventuais cuidados nas lesões musculares, pois os exercícios preventivos das lesões musculoesqueléticas são pouco valorizados e há uma baixa adesão a essa prática. Diante disso, ressalta-se que essa temática merece uma abordagem mais ampliada, visando os benefícios que esses estudos poderão trazer para a prevenção das lesões musculoesqueléticas entre atletas e desportistas.

REFERÊNCIAS

- CABRAL, L M C. Lesões músculo-esqueléticas em atletas de alta competição, **Revista Científica Enfermeiro de Reabilitação**, v. 5, e20170000. p. 1-80, 2017. Disponível em: <https://www.proquest.com/openview/6c0a7c46d748d777905d42150db4e8c4/1?pq-origsite=gscholar&cbl=2026366&diss=y>. Acesso em: set, 2023.
- JUNIOR, J C D. Liberação miofascial na prevenção de lesão muscular: relato de caso. **VITTALLE-Revista de Ciências da Saúde**, v. 32, n. 1, p. 223-234, 2020. Disponível em: <https://periodicos.furg.br/vittalle/article/view/11071/7592>. Acesso em: nov, 2023.
- DOMENIS, L A M et al. O desafio do cuidado do enfermeiro ao paciente com lesão musculoesquelética que vivencia a COVID-19: relato de experiência. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 3, p. e25110312947-e25110312947, 2021. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/12947>. Acesso em: out, 2023.
- KOEPP, J et al. Atleta paralímpico e o cuidado multiprofissional. **Propostas, Recursos e Resultados nas Ciências da Saúde**, v. 3, e p 1-9, 2020. Disponível em: https://meriva.pucrs.br/dspace/bitstream/10923/17613/2/ATLETA_PARALIMPICO_E_O_CUIDADO_MULTIPROFISSIONAL.pdf. Acesso em: set, 2023.
- MARTINS, R; SARAMAGO, T; CARVALHO, N. Lesões músculo-esqueléticas em jovens desportistas: estudo da prevalência e dos fatores associados. **Revista Cuidarte**, v. 12, n. 1, 2021. Disponível em: http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S2216-09732021000100219&script=sci_arttext. Acesso em: set, 2023.
- MATOS, M J; ARAÚJO, C. Prevenção de lesões músculo-esqueléticas nos cuidadores informais de doentes dependentes no domicílio: Intervenção do enfermeiro especialista em Enfermagem de Reabilitação. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Reabilitação**, v. 4, n. 1, p. 56-63, 2021. Disponível em: <https://rper.aper.pt/index.php/rper/article/view/157>. Acesso em: out, 2023.
- MENDES, Karina Dal Sasso; SILVEIRA, Renata Cristina de Campos Pereira; GALVÃO, Cristina Maria. Uso de Gerenciador de referência bibliográficas na seleção dos estudos primários em revisão integrativa. **Texto & Contexto-Enfermagem**, v. 28, p. 1-13, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tce/a/HZD4WwnbqL8t7YZpdWSjypj/?format=html&lang=pt>. Acesso em: out, 2023.
- SOARES, R A S; MACHADO F, R; REIS, I S C. Incidência de lesões e estratégias de prevenção em atletas de iatismo: uma revisão de literatura. **Revista de Trabalhos Acadêmicos – Centro Universo Juiz de Fora**, v. 1, n. 12, 2020. Disponível em: <http://www.revista.universo.edu.br/index.php?journal=1JUIZDEFORA2&page=article&op=viewFile&path%5B%5D=8683&path%5B%5D=4314>. Acesso em nov, 2023.
- SALVADOR, U D O. Atuação Fisioterapêutica Nas Lesões Musculares Em Jogadores De Futebol., **Revista Uniages** v.1, n. 1, p. 1-57, 2022. Disponível em: <https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstream/ANIMA/23839/1/tcc%20huna%20correto%20-%20Copia.pdf>. Acesso em set, 2023.

SANTANNA, J P C et al. Lesão muscular: Fisiopatologia, diagnóstico e tratamento. **Revista Brasileira de Ortopedia**, v. 57, p. 1-13, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbort/a/6DfKjzHq3RWrQxGGF57L4kv/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em nov, 2023.

SARAMAGO, T F R. Lesões músculo-esqueléticas em jovens desportistas: importância do enfermeiro de reabilitação. **Revista Científica Enfermeiro de Reabilitação** v. 3, n. 1, p. 1-89, 2019. Disponível em: https://repositorio.ipv.pt/bitstream/10400.19/5466/1/TiagoFilipeRodriguesSaramago_DM.pdf Acesso em: set, 2023.

SOUSA, F C A et al. Lesões músculo esqueléticas relacionadas ao trabalho da enfermagem. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 2, p. 116, 2020. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7342223.pdf>. Acesso em: out, 2023.

DE SOUSA, J S; FERREIRA, T V. Atuação da fisioterapia na prevenção de lesões no voleibol. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 7, n. 10, p. 2162-2172, 2021. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/download/2773/1111>. Acesso em: nov, 2023.