

FACULDADE ADVENTISTA DA BAHIA
PÓS-GRADUAÇÃO EM ORTOTRAUMATOLOGIA
ELEN SILVA DOS SANTOS
LUCIANNY LAÍS SILVA ROCHA

A PREVALÊNCIA DA LUXAÇÃO RECIDIVANTE DE OMBRO EM
ATLETAS DE KUNG FU

Cachoeira
2012

ELEN SILVA DOS SANTOS
LUCIANNY LAÍS SILVA ROCHA

**A PREVALÊNCIA DA LUXAÇÃO RECIDIVANTE DE OMBRO EM
ATLETAS DE KUNG FU**

Trabalho de conclusão de curso apresentado ao Curso de Especialização em Ortopneumatologia da Faculdade Adventista de Fisioterapia – FAFIS, como requisito parcial obrigatório para a obtenção do Grau de Especialista em Ortopneumatologia.

ORIENTADOR: Prof. Esp. Mário Sanches

Cachoeira
2012

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1 - Análise das porcentagens de quanto tempo o atleta treina o Kung Fu....	13
Gráfico 2 - Análise das porcentagens de quanto tempo o atleta treina o Kung Fu....	14
Gráfico 3 - Análise das porcentagens do alongamento antes do Treino	15
Gráfico 4 - Análise das porcentagens do alongamento depois do Treino	15
Gráfico 5 - Análise das porcentagens se o atleta realiza algum treino específico para fortalecimento do ombro.....	16
Gráfico 6 - Análise das porcentagens se o atleta já teve algum episódio de luxação de ombro	17
Gráfico 7 - Análise das porcentagens de quantas vezes houve luxação de ombro.....	18
Gráfico 8 - Análise das porcentagens se o atleta sente insegurança de realizar os movimentos.....	19

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

CEP – Comitê de Ética e Pesquisa.

TCLE – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

SUMÁRIO

A PREVALÊNCIA DA LUXAÇÃO RECIDIVANTE DE OMBRO EM ATLETAS DE KUNG FU	6
RESUMO.....	6
ABSTRACT	6
1 INTRODUÇÃO	7
2 MATERIAIS E MÉTODOS.....	9
3 RESULTADOS E DISCUSSÕES	11
4 CONCLUSÃO.....	19
REFERÊNCIAS.....	20
APÊNDICES.....	23
ANEXOS.....	26

A PREVALÊNCIA DA LUXAÇÃO RECIDIVANTE DE OMBRO EM ATLETAS DE KUNG FU.

SANTOS. E.S.; ROCHA, L.L.S./Pós-Graduandas em Ortopneumatologia.

A PREVALÊNCIA DA LUXAÇÃO RECIDIVANTE DE OMBRO EM ALTETAS DE KUNG FU.

Resumo: O ombro é articulação que apresenta a maior mobilidade do corpo humano, o que o tonar mais suscetível à perda da congruência entre suas superfícies articulares. As lutas oferecem risco potencial de lesões aos seus praticantes, o que torna esperado que promovam importante prevalência de lesões ortopédicas devido ao contato físico. Assim sendo, o objetivo da pesquisa foi documentar através de um questionário semi-estruturado a prevalência de atletas de Kung Fu que possuem a luxação recidivante de ombro que treinam na academia San Kuan na cidade de Feira de Santana-BA. De acordo com os resultados da pesquisa a amostra final foi constituída por 16 atletas, com maior incidência do sexo masculino, onde 3 (18,75%) atletas tiveram a luxação de ombro. Nenhum dos três atletas se submeteu a um tratamento fisioterapêutico. Portanto, a conscientização dos atletas quanto ao tratamento fisioterapêutico, pode evitar maiores complicações e um retorno com mais segurança na realização movimentos do ombro que são aplicados nos treinos.

Palavras chave: Luxação de ombro: Recidivante: Kung Fu: Fisioterapia.

The prevalence of recurrent dislocation of the shoulder in athletes Kung Fu.

Abstract: The shoulder is the joint that has the higher mobility of the human body, behold the most susceptible to loss of congruence between their articular surfaces. The struggles offer potential for injury to its practitioners, which makes it important to promote expected prevalence of orthopedic injures due to physical contact. Therefore, the research objective was to document through a semi-structured questionnaire the prevalence of Kung Fu athletes who have recurrent shoulder dislocation who train at the gym in San Kuan city of Feira de Santana – BA.

According to the survey results the final sample consisted of 16 athletes, with higher incidence of males, where 3 (18,75%) athletes had a dislocated shoulder. Three fore, awareness of athletes in physical therapy, can prevent further complications and a return to more security in the performance of shoulder movements that are applied in practice.

Keywords: Shoulder Dislocation: Relapsing: Physical Therapy.

1 INTRODUÇÃO

A arte marcial chinesa (wushu), também conhecida como Kung Fu, faz parte da grande herança cultural do povo chinês há milhares de anos. Ela nasceu da necessidade do ser humano de se defender dos ataques de predadores e de outros seres humanos (PINTO NETO, 2006.)

Na luta entre tribos, os guerreiros compreenderam que, para derrotar o inimigo, era importante não só possuir boas armas, mas também melhorar a capacidade física e as habilidades de combate através de treinamento intensivo nos tempos de paz. Este treinamento melhorou essas capacidades e habilidades e propiciou o surgimento de várias artes marciais ao longo dos séculos, dentre elas o Kung Fu (HIRATA; VECCHIO, 2006).

A preparação física dos lutadores é tradicionalmente feita com exercícios específicos como técnicas de socos, chutes e projeções. De forma geral, as lutas oferecem risco potencial de lesões aos seus praticantes, o que torna esperado que promovam importante prevalência de lesões ortopédicas devido ao contato físico (GUIMARÃES apud HIRATA; VECCHIO, 2006).

Segundo Santos (2012), a lesão é o dano tecidual temporário ou permanente, resultante de trauma, que pode trazer algum tipo de gravidade. A ocorrência de lesões nas práticas desportivas pode ser acidental, quando são produzidas por um imprevisto, relacionado com o ato desportivo, porém independente de sua técnica; e típica, quando nos mecanismos de lesão estão intimamente ligados ao movimento desportivo e apresentam um quadro clínico bem definido (SOBRINHO,1996 apud SANTOS, 2012).

O movimento do ombro é formado pelas articulações sinoviais esternoclavicular, acromioclavicular, gleno-umeral e escapulotorácica. Os movimentos permitidos pela glenoumeral são flexão e extensão, abdução e adução, rotação interna e rotação externa. A cápsula articular da glenoumeral é frouxa e fina, deste modo ela contribui para uma grande mobilidade e instabilidade articular (ANDREWS; HARRELSON; WILK, 2000; DANGELO, 2002; MAGEE; OLIVEIRA, 2005).

O ombro é articulação que apresenta a maior mobilidade do corpo humano, fato que o torna mais suscetível à perda da congruência entre suas superfícies articulares. Para realização de seus complexos movimentos, translações e rotações ocorrem interface articular, só sendo possível devido à frouxidão ligamentar fisiológica, indolor, assintomática e necessária para as atividades diárias. Fatores congênitos ou de envelhecimento podem alterar essa frouxidão e, dependendo da sua intensidade construir um fator de risco para a estabilidade (LECH et. al., 2005).

A cintura escapular tem apenas uma ligação óssea com o esqueleto axial. A clavícula articula-se com o esterno pela pequena articulação esternoclavicular. A articulação glenoumeral é do tipo triaxial incongruente, bola e soquete com uma cápsula articular frouxa. É suportada pelos tendões do manguito rotador e pelos ligamentos glenoumerais e coracoumerais (KISNER, 2005).

O manguito rotador é composto por quatro músculos e tendões: supra-espinal, infra-espinal, subescapular e redondo menor. Eles se originam na escápula e se inserem na tuberosidade do úmero, sendo responsáveis pela movimentação e estabilidade da articulação glenoumeral (EJNISMANN; MONTEIRO; UYEDA, 2008).

Os tendões do manguito rotador unem-se com os ligamentos e o lábio glenoidal nos locais de inserção de modo que, quando os músculos se contraem, eles proporcionam estabilidade dinâmica tensionando às estruturas de contenção estática. A resposta coordenada dos músculos do manguito e a tensão dos ligamentos proporcionam graus variáveis de suporte dependendo da posição e da mobilidade do úmero (KISNER, p. 320, 2005).

Pelo fato dos movimentos da articulação do ombro apresentarem-se amplos, sendo capaz de mover-se tridimensionalmente, e suas luxações são mais freqüentes do que todas as outras articulações do corpo (COOPER, 1832 apud DONEUX, 1997).

O primeiro episódio de uma luxação de ombro pode ser encontrado no papiro de Edwin Smith (3000-2500 a.C.), o livro mais antigo da humanidade. Segundo Lech et al. (2005) a instabilidade pode variar em graus (subluxação, luxação e microinstabilidade), direção (anterior, inferior, posterior e multidirecional) etiologia (traumática e atraumática) e volição (voluntária e involuntária).

Em torno de 80% dos casos de luxação traumática primária evoluem para recidivas. A luxação recidivante ocorre após traumatismos menores. Quanto mais intensos são os episódios de luxação, mais freqüente será a recidiva, devido ao aumento progressivo da lesão, que acontece com as sucessivas luxações (LECH, 2009).

De acordo com Ikemoto et. al. (2009), alguns autores relatam que o fator mais determinante para recidiva seja a idade do paciente no momento do primeiro episódio de luxação, estando os menores de 18 anos mais suscetíveis a apresentar recidiva da luxação, chegando á índices de até 86,7%.

Para Silva et. al. (2005) a fisioterapia aplicada à área esportiva dedica-se não somente ao tratamento do atleta lesado, mas também à adoção de medidas preventivas, a fim de reduzir a ocorrência de lesões. O trabalho preventivo é desenvolvido e realizado de maneira eficaz, com base no levantamento dos fatores de risco das lesões referentes à modalidade da área esportiva específica.

A fisioterapia pode atuar de forma específica no ombro, através de alongamentos, cinesioterapia ativa livre e ativa assistida, exercício resistido isométrico pra aumentar a estabilidade, fortalecendo os músculos do manguito rotador que são os principais para estabilização do ombro, estabelecendo uma confiança maior para o atleta nos treinos e nas lutas, evitando assim recidivas da luxação.

Dado o exposto, o objetivo do presente estudo foi analisar a prevalência de atletas de Kung Fu que possuem a luxação recidivante de ombro.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

O presente estudo possui caráter descritivo e exploratório com características quali-quantitativas do tipo transversal, com o objetivo de documentar através de um

questionário semi-estruturado a prevalência da luxação recidivante de ombro em atletas de Kung Fu.

A pesquisa foi realizada na Academia San Kuan, localizada na Rua Aloizio Rezende, nº 36, Queimadinha / Centro, na cidade de Feira de Santana – BA.

A população de estudo abrangeu 28 atletas matriculados que treinam na Academia San Kuan. Dentre os matriculados, apenas 16 atletas se enquadraram nos critérios de inclusão do estudo, sendo este: que treinam há mais de 1 ano na Academia San Kuan, e foram excluídos aqueles que treinam com tempo inferior a 1 ano.

A pesquisa foi realizada respeitando os critérios estabelecidos na resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde. Este projeto foi encaminhado ao Comitê de Ética e pesquisa (CEP) da Faculdade Adventista da Bahia, foi entregue um termo de Consentimento Livre e Esclarecido, no qual os participantes da pesquisa ficaram cientes sobre os objetivos propostos para o estudo, assegurando-lhe quanto à confiabilidade, privacidade dos dados obtidos e anonimato, a sua relevância social e científica, os benefícios que este poderá trazer, assim como suas implicações. E o direito de não participar da pesquisa.

Para obtenção dos dados foi aplicado um questionário semi-estruturado, constando de 14 questões elaboradas pelos autores, e que teve finalidade de coletar informações referentes às seguintes temáticas da pesquisa: Identificar as limitações que ocorrem com os atletas de Kung Fu devido a luxação recidivante; Avaliar os motivos que levam os atletas de Kung Fu a ter luxação recidivante; Observar se há menor prevalência de luxação recidivante de atletas que realizam outra atividade física.

O questionário aplicado nesta pesquisa foi construído para fins específicos deste estudo e contemplou questões que investigaram há quanto tempo os atletas treinam Kung Fu, se apresentaram dor no ombro, história de luxação recidivante de ombro, tratamento fisioterapêutico, realização de alguma atividade de fortalecimento do ombro, a realização de alongamentos antes e após a atividade, detectar dificuldades e/ou insegurança em realizar os movimentos no treino.

Em seqüência ao encaminhamento do Comitê de Ética de Pesquisa (CPE) da Faculdade Adventista da Bahia, os termos de consentimento foram entregues e devidamente assinados pelos atletas. Em seguida, foi aplicado o questionário aos atletas que treinam Kung Fu na Academia San Kuan.

Os dados coletados deram subsídios para o desenvolvimento da pesquisa e os resultados foram analisados através de estatística descritiva e divulgados por gráficos criados no Microsoft Office Excel.

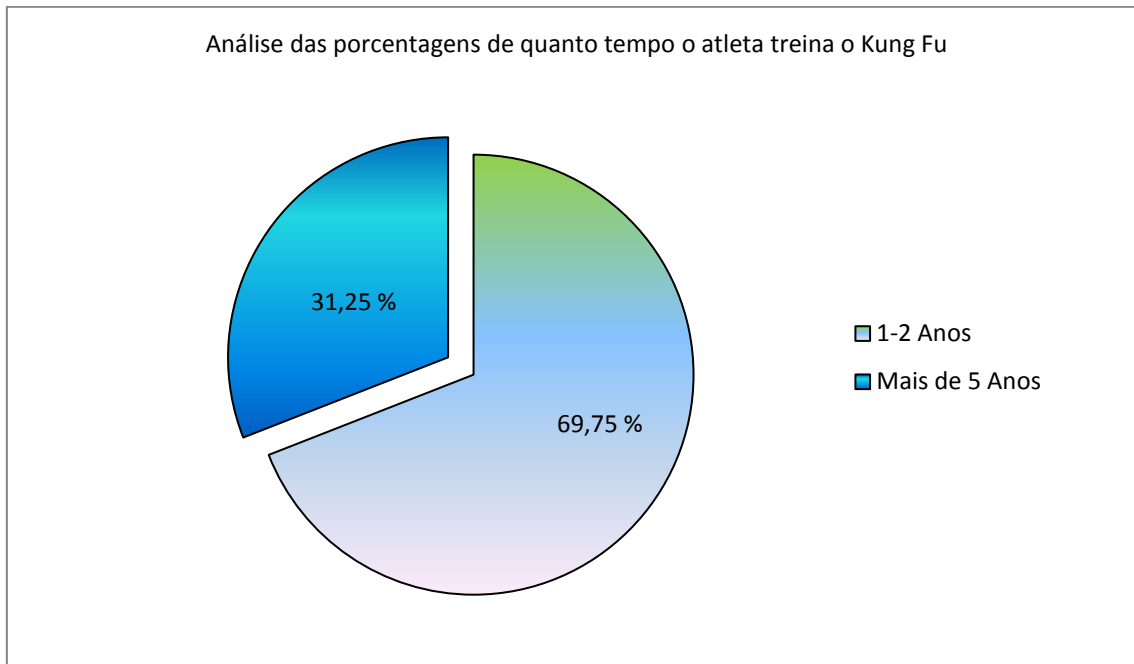
3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Foram entrevistados 19 atletas, onde dois destes não foram incluídos na pesquisa e um não assinou o termo de consentimento. A amostra final foi constituída por 16 atletas, com predominância do sexo masculino, sendo destes apenas 1 do sexo feminino, que compreendem a faixa etária de 12 a 56 anos (Média da idade = 26,43) que treinam na academia San Kuan. A análise dos resultados obtidos no questionário semi estruturado, foi realizado com auxílio do programa Microsoft Excel, no qual foram construídos gráficos com o objetivo de organizar, comparar e obter um melhor conhecimento das informações através de descrição quantitativa e da análise do discurso indireto do sujeito.

Ao questionar sobre quanto tempo treina Kung Fu, 11 (69,75%) responderam que treinam entre um e dois anos e 5 (31,25%) treinam há mais de cinco anos. Tais dados são expostos no gráfico 1.

Houve uma grande prevalência do gênero masculino em atletas de Kung Fu. Tais dados corroboram com as coletas de Cordeiro et al. (2007), que realizou um estudo de forma aleatória com 20 indivíduos com pelo menos 1 ano de treino de Kung Fu olímpico e todos do gênero masculino.

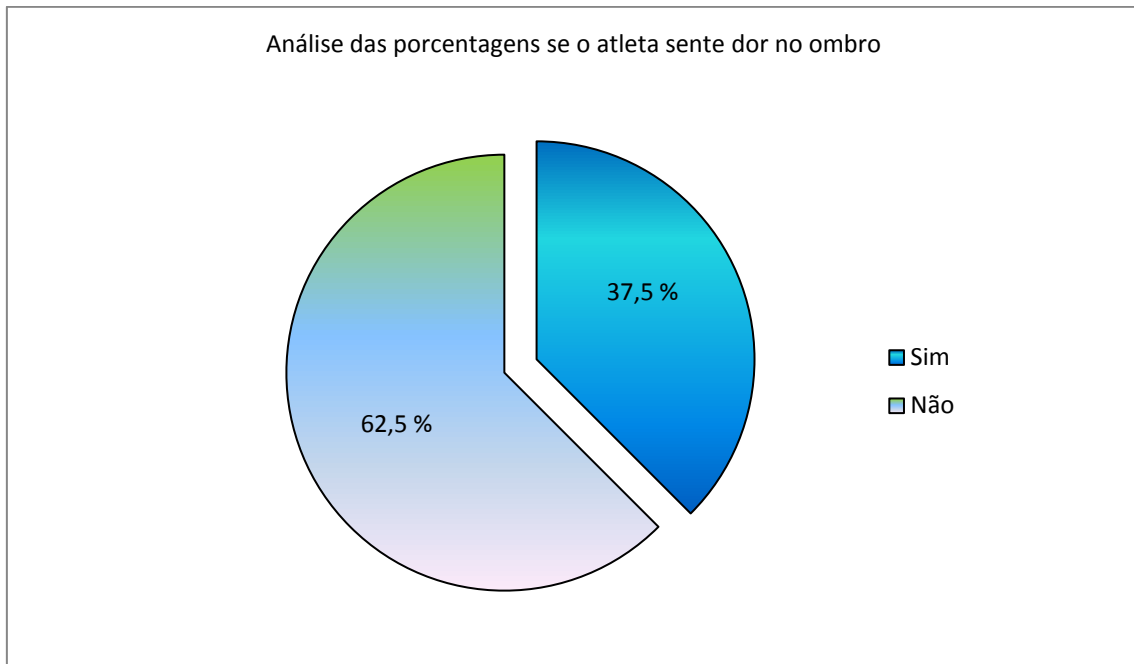
Gráfico 1: Análise das porcentagens de quanto tempo o atleta treina o Kung Fu.



Fonte: SANTOS E.S.; ROCHA L.L.S.; Pesquisa de campo 2012.

Quanto a dor no ombro, 10 atletas (62,5%) não se queixaram de dor no ombro e 6 (37,5%) apresentaram queixa de dor no ombro. Gráfico 2. Segundo um estudo feito por Ludewig e Reynolds, (2009), a maioria das queixas está associada a atividades profissionais ou desportivas que envolvem o uso do braço acima do nível do ombro, sendo que, em determinadas profissões ou desportos, a prevalência de dor no complexo articular do ombro pode chegar a 40% ou mais.

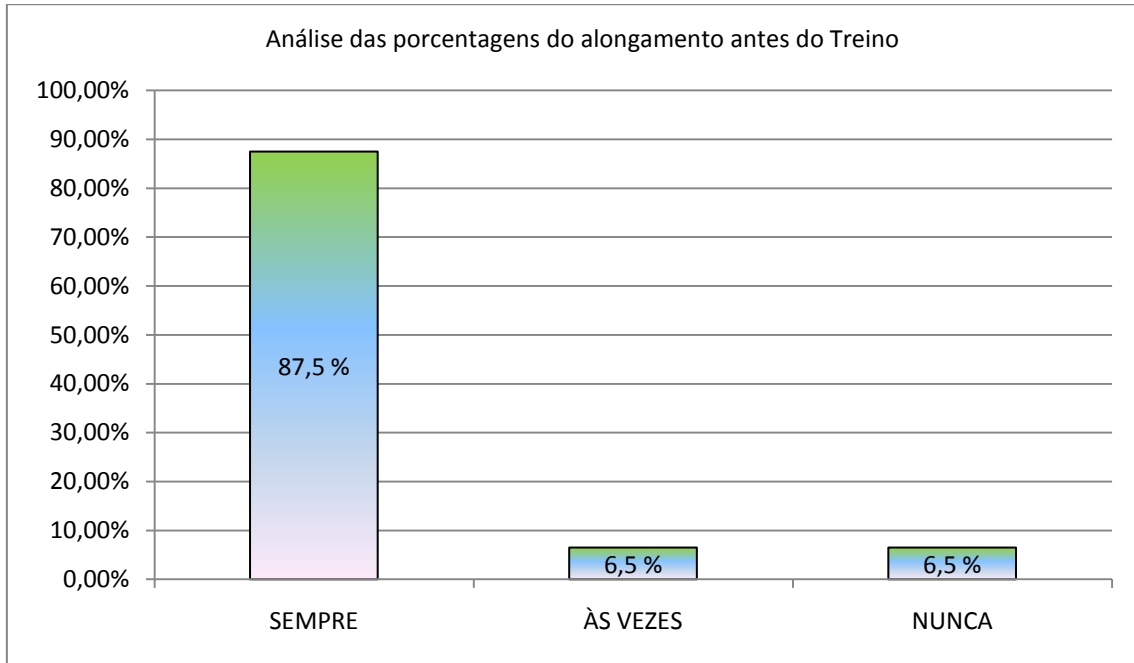
A dor pode limitar o atleta em desempenhar as técnicas no treino e na luta, sendo que, a dor no ombro é apresentada como a segunda causa de maior ocorrência e incapacidade entre as disfunções músculo-esqueléticas (Michener et al., 2004 apud Santos, 2011).

Gráfico 2: Análise das porcentagens se o atleta sente dor no ombro.

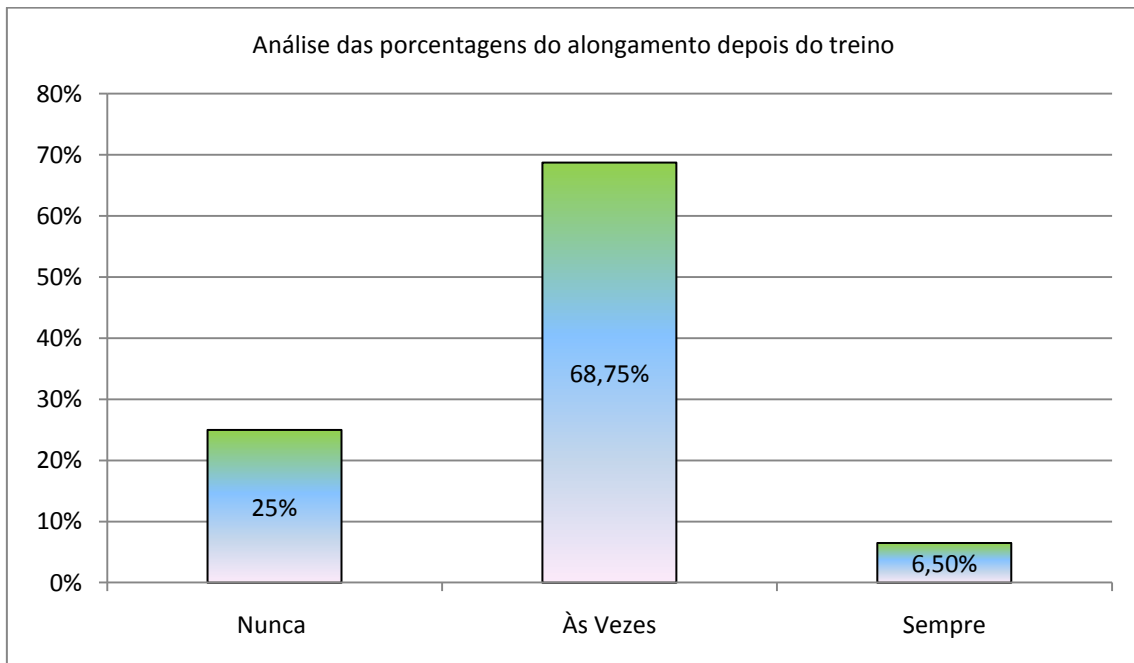
Fonte: SANTOS E.S.; ROCHA L.L.S.; Pesquisa de campo 2012.

Quando questionados se realizam alongamentos antes do treino, 14 (87,5%) realizam alongamento, um (6,5%) às vezes se alongam e um (6,5%) nunca se alongam. Com relação ao alongamento após o treino, 11 (68,75%) participantes se alonga às vezes, 4 (25%) nunca se alonga e apenas um (6,5%) sempre se alonga, observado respectivamente, nos gráficos 3 e 4.

Apesar de algumas controversas quanto ao uso do alongamento para prevenir lesões, ainda é recomendado o uso do alongamento antes e depois de qualquer atividade física e/ou prática esportiva por grande parte dos profissionais, como condição fundamental para tal. Essa recomendação se deve a premissa histórica de que o uso desse elemento diminui o risco de lesões, atenua o surgimento de dor muscular de início tardio, assim como favorece um melhor desempenho físico de modo geral (RUBINI, 2007 apud COSTA, 2009).

Gráfico 3: Análise das porcentagens do alongamento antes do Treino.

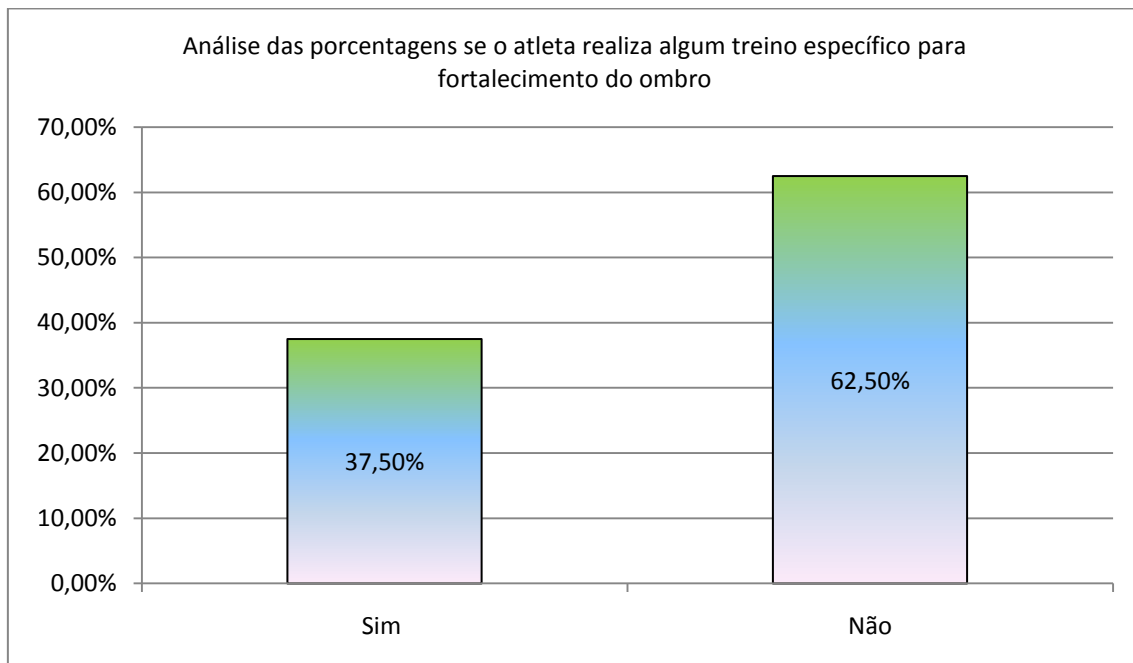
Fonte: SANTOS E.S.; ROCHA L.L.S.; Pesquisa de campo 2012.

Gráfico 4: Análise das porcentagens do alongamento depois do Treino.

Fonte: SANTOS E.S.; ROCHA L.L.S.; Pesquisa de campo 2012.

Foi questionado aos atletas se praticam alguma outra atividade a não ser o Kung Fu. Entre os 16 atletas, 7 (43,75%) só treinam Kung Fu, 7 (43,75%) freqüentam a academia e 2 (12,50%) praticam outro esporte. Onde, 6 (37,5%) participantes realizam treino específico para fortalecimento do ombro e 10 (62,5%) não tomam os devidos cuidados com o ombro. Gráfico 5.

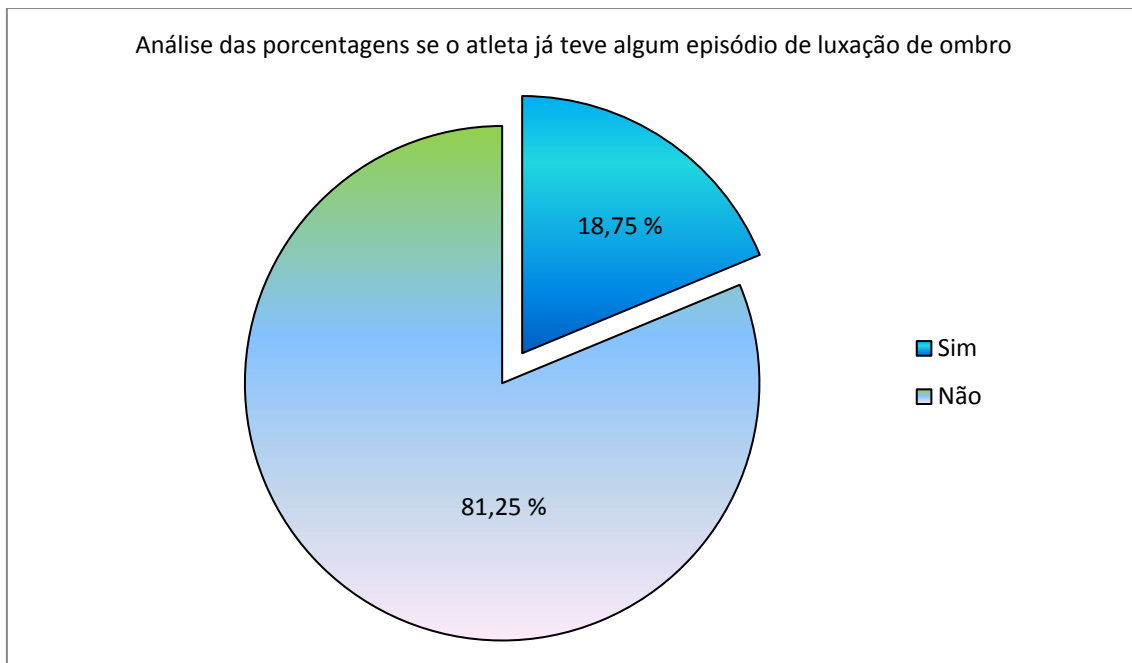
Gráfico 5: Análise das porcentagens se o atleta realiza algum treino específico para fortalecimento do ombro.



Fonte: SANTOS E.S.; ROCHA L.L.S.; Pesquisa de campo 2012.

Quando questionados se já tiveram algum episódio de luxação de ombro, dos 16 atletas, 3 (18,75%) responderam afirmativamente e 13 (81,25%) não tiveram história de luxação, como mostra no Gráfico 6. A média de idade dos que tiveram luxação foi de 37,33 anos, ou seja, em atletas com maior faixa etária, aumentando assim o risco de lesões. O que é confirmado por Vanderlei, (2011), que há uma tendência de crescimento da taxa de lesão de acordo com o aumento da faixa etária.

Gráfico 6: Análise das porcentagens se o atleta já teve algum episódio de luxação de ombro.



Fonte: SANTOS E.S.; ROCHA L.L.S.; Pesquisa de campo 2012.

O primeiro episódio de luxação dos três atletas, foi depois da implantação do treino de Kung Fu como atividade física, estes que treinam há mais de 5 anos. Podendo sugerir que, o atleta que tem um tempo prolongado praticando o Kung Fu, pode estar suscetível a luxação de ombro.

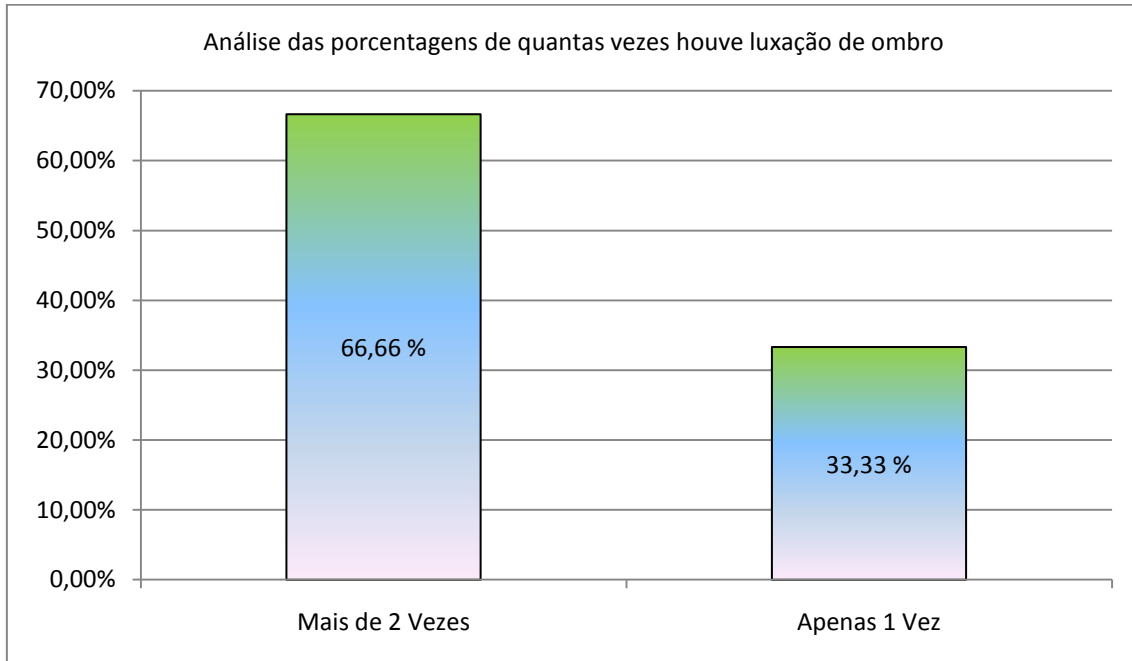
Como pode ser observado no Gráfico 7, dos 3 atletas que afirmaram ter luxação, 2 (66,66%) apresentaram luxação mais de duas vezes, que se dá o nome de lesão recidivante e 1 (33,33%) atleta só teve uma vez, todos do sexo masculino. Evidenciando assim, uma maior prevalência de luxação de ombro em atletas do sexo masculino.

Todos os três tem academia como outra atividade e realizam treino específico para o fortalecimento de ombro. O que mostra a preocupação dos atletas em desempenhar os movimentos com mais segurança.

Um estudo feito por Cardoso Filho et al. (2010) com praticantes de vários esportes, incluindo os de luta, evidenciou a lesão de maior prevalência, a instabilidade do ombro com 282 casos (24,02%), composta por casos de

instabilidade anterior, posterior e multidirecional, com idade média de 29,91 anos e maior incidência no sexo masculino com 224 casos (79,43%).

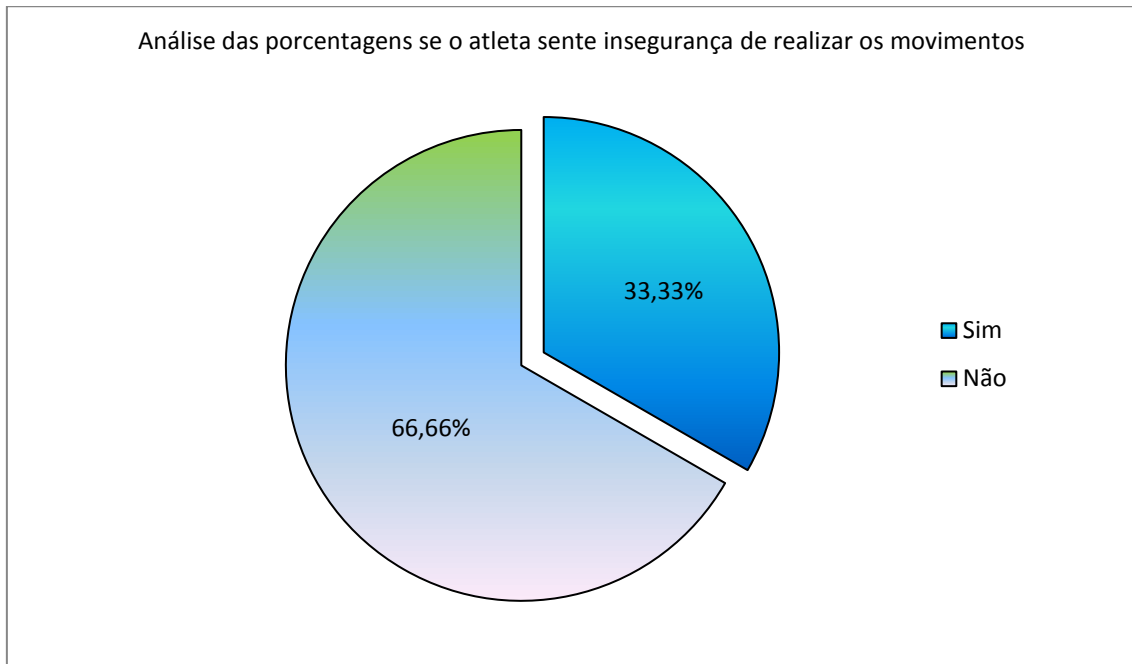
Gráfico 7: Análise das porcentagens de quantas vezes houve luxação de ombro



Fonte: SANTOS E.S.; ROCHA L.L.S.; Pesquisa de campo 2012.

Ainda analisando os três com história de luxação, 1 (33,33%) relatou que a luxação ocorre na execução de treino de força (flexão), 2 (66,66%) relatou que luxação do ombro na aplicação de queda, técnica que é aplicada com o movimento de rotação do ombro. Segundo Arliani et al., (2011), as luxações ocorrem com mais frequência quando o braço é forçado em uma posição de abdução e rotação externa máxima, levando a cabeça do úmero anteriormente para fora da articulação.

Com base nos três que sofreram luxação, nenhum recebeu tratamento fisioterapêutico, nem ficaram impossibilitados de realizar atividades do treino e nem sentem dor ao movimento. Porém, 1 (33,33%) destes apresentava insegurança ao realizar os movimentos e 2 (66,66%) não apresentam insegurança, observado no Gráfico 8.

Gráfico 8: Análise das porcentagens se o atleta sente insegurança de realizar os movimentos.

Fonte: SANTOS E.S.; ROCHA L.L.S.; Pesquisa de campo 2012.

A fisioterapia para esse tipo de instabilidade do ombro inclui exercícios de alongamentos de estruturas anteriores e posteriores do ombro; terapia manual, fortalecimento; exercícios que visem à reeducação dos músculos escápulo-torácicos (MATIAS, 2006 apud SANTOS, 2011).

O Kung Fu apresenta alguns movimentos repetitivos podendo ocorrer à formação de micro-trauma, conseqüentemente, levando a instabilidade do ombro. De acordo com Lino Júnior e Belangero, (2007), a instabilidade pode ser tratada inicialmente por exercícios de reforço muscular e de propriocepção; a maioria evolui com resultados favoráveis.

O tratamento conservador é o método de eleição para a instabilidade não traumática e para a instabilidade adquirida. A intervenção visa aumentar a compressão da cabeça umeral na glenóide e restabelecer o ritmo escápulo-torácico. A maioria dos autores reconhece a importância dos exercícios de fortalecimento dos tendões rotadores que envolvem a articulação do ombro e do músculo deltóide, como forma de controlar a translação gleno-umeral. Exercícios que requerem coordenação entre vários grupos musculares devem ser utilizados para reprogramar

os padrões normais de atividade muscular (CARTUCHO, MOURA, SARMENTO, 2010).

A conscientização dos atletas quanto ao tratamento fisioterapêutico, pode evitar maiores complicações e um retorno com mais segurança na realização dos movimentos do ombro que são aplicados nos treinos. No entanto, alguns ombros permanecem instáveis e devem ser submetidos ao tratamento cirúrgico.

4 CONCLUSÃO

O objetivo principal da pesquisa foi analisar a prevalência de luxação recidivante de ombro em atletas de Kung Fu, partindo da hipótese de que durante a execução do esporte haveria uma possibilidade de luxação recidivante no ombro destes atletas.

Entretanto, não foi observado na pesquisa grande incidência de luxação entre os dados; concluindo, assim, que não houve prevalência de luxação de ombro entre os atletas de Kung Fu neste estudo. Atribui-se esse resultado, pelo fato da maioria dos alunos realizarem alongamentos antes do treino e também, por praticarem outro tipo de atividade física, onde exercem um treino específico para fortalecimento de ombro.

Como a literatura mostra maior instabilidade de ombro em lutadores, sugere-se que novas pesquisas sejam realizadas, a fim de detalhar de forma mais efetiva os benefícios da fisioterapia na instabilidade articular do ombro em atletas de Kung Fu.

REFERÊNCIAS

- ARAÚJO, L. **A fisioterapia e o judô**. 2008. Disponível em: <http://ercilene.blogspot.com/2008/01/fisioterapia-e-o-jud.html>. Acessado em: 22 de dezembro de 2011.
- Arliani, G.G.; Astur, D.C.; Cohen, C. et al. Tratamento após primeiro episódio de luxação traumática do ombro: revisão da literatura. **RBM Rev. Bras.** abril, 2011
- SILVA, L. P.; SOUSA, C. V.; RODRIGUES, E. et al. Luxação Glenoumeral Anterior Bilateral: Caso Clínico. **Rev Bras Ortop.** 2011;46(3):318-20.
- CARDOSO FILHO, N. S.; GASPAR, E. F., SIQUEIRA, K. L. et al. Perfil epidemiológico do atendimento de atletas com afecções do ombro e cotovelo no Centro de Traumatologia do Esporte, CETE, UNIFESP-EPM. **RBM Rev. Bras. Med.** 67(supl.3), mar. 2010.
- CARRAZZONE, O. L.; TAMAOKI, M. J. S.; AMBRA, L. F. M. et al. Prevalência das lesões associadas na luxação recidivante traumática do ombro. **Rev Bras Ortop.** 2011;46(3):281-87.
- CARTUCHO, A.; MOURA, N.; SARMENTO, M. **Instabilidade e luxação de ombro**. Núcleo de Cirurgia do Ombro - Hospital Cuf Descobertas. Disponível em: <http://www.ombro.org/wp-content/uploads/2010/08/artigo7.pdf>. Acessado 14 de março, 2012.
- COOPER, A. A treatise on dislocations and fractures of the joints [2nd Amer. ed. from the 6th London ed.], John D. Godman (ed.), Boston, Lilly, Wait, Carter & Hendee, 1832. apud DONEUX, P. S.; MIYAZAKI, A.N.; LEMOS, P.E.G. et al. Tratamento da luxação recidivante anterior de ombro: uso de enxerto ósseo na deficiência da glenóide. **Rev Bras Ortop**, v. 32, n 9, p. 675-682 set, 1997.
- EJNISMANN, B.; MONTEIRO, G. M.; UYEDA, L. F. **Ombro doloroso**. Einstein. 2008; 6 (Supl 1):S133-S7.
- FETT, C. A; FETT, W. C. R. **Filosofia, ciência e a formação do profissional de artes marciais**. Motriz, Rio Claro, v.15, n.1, p.173-184, jan./mar. 2009.

GUIMARÃES, W.M.- **Musculação Total** – Preparação Física com utilização de Sobrecargas nos Esporte de Luta. São Paulo: Phorte, 2001. in HIRATA, D. S.; VECCHIO, F. B. D. **Preparação física para lutadores de Sanshou: Proposta baseada no sistema de periodização de Tudo O. Bompa.** Movimento & Percepção, Espírito Santo de Pinhal, SP, v.6, n.8, jan./jun. 2006.

HIRATA, D. S.; VECCHIO, F. B. D. **Preparação física para lutadores de Sanshou: Proposta baseada no sistema de periodização de Tudo O. Bompa.** Movimento & Percepção, Espírito Santo de Pinhal, SP, v.6, n.8, jan./jun. 2006.

IKEMOTO, R. Y.; MURACHOVSKY, J.; STROSE, E. et al. Luxação recidivante do ombro: aspectos do período entre o primeiro episódio e o tratamento cirúrgico. **Rev. Bras. Ortop.** 2009; 44(6):524-8.

KISNER, C. **Exercícios Terapêuticos.** 4º ed. Barueri, SP: Manole, p. 319-352, 2005.

LECH, O.; FREITAS, J. R.; PILUSKI, P. et. al. **Luxação recidivante do ombro: do papiro de Edwin Smith à capsuloplastia térmica.** Rev. Bras. Ortop. 2005; 40(11/12):625-37.

LECH, O. et. al. Integridade do músculo subescapular após a cirurgia aberta para tratamento da luxação recidivante glenoumeral: Avaliação clínica e radiológica. **Rev. Bras. Ortop.** 2009;44(5):420-6.

LINO JÚNIOR, W.; BELANGERO, W. D. Resultado funcional do tratamento artroscópico da instabilidade do ombro sem a lesão do lábio da glenóide. **Rev Bras Ortop.** 2007;42(7):195-200.

PINTO NETO, O.; MAGINI, M.; SABA, M.M.F. Análise cinemática de um movimento de Kung Fu: A importância de uma apropriada interpretação física para dados obtidos através de câmeras rápidas. **Revista Brasileira de Ensino de Física**, v.28, n.2, p.235- 239. 2006.

RUBINI, E.C.; COSTA, A.L.L.; GOMES, P.S.C. The effects of stretching on strength performance. **Sports Med.** 2007;37(3):213-24. apud COSTA, E. C.; SANTOS, C. M.; PRESTE, J. et al. Efeito agudo do alongamento estático no desempenho de força de atletas de Jiu Jítsu no supino horizontal. **Fit Perf J.** 2009 mai-jun;8(3):212-17.

SANTOS, C. **Protocolo de fisioterapia, com auxílio de Biofeedback electromiográfico, em utentes com disfunções do ombro: efeitos na dor, funcionalidade e estabilidade dinâmica.** Junho de 2011.

SANTOS, J. C. **A legitimação social do Karatê-Dô Tradicional e o controle da “agressividade”:** um estudo da exclusão da ilicitude na prática desportiva. Disponível em: <http://ffkirj.com/artigolegitimidade.pdf>. Acessado 14 de março, 2012.

SILVA, A. A.; DÓRIA, D.D.; MORAIS, G. A. et al. **Fisioterapia Esportiva: Prevenção e Reabilitação de Lesões Esportivas em Atletas do América Futebol clube.** In: ENCONTRO DE EXTENSÃO DA UFMG, 8., 2005. Belo Horizonte: UFMG, 2005.

VANDERLEI, F. M. **Lesões em crianças e adolescentes praticantes de diferentes modalidades esportivas.** UNESP- Universidade Estadual Paulista. Presidente Prudente, 2011.

WAJNSZTEJN, A.; TAMAOKI, M. J. S.; ARCHETTI NETTO, N. et. al. Estudo transversal sobre os diferentes métodos de tratamento das luxações traumáticas gelonoumerais. **Rev. Bras. Ortop.** 2009; 44(5):391-6.

APÊNDICE

APÊNDICE – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE)

APÊNDICE

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Pesquisador responsável: Elen Silva Dos Santos*; Lucianny Laís Silva Rocha**
 Santo Agostinho, 251 – Capuchinhos, Feira de Santana – BA*
 Av. Monsenhor Clovis Duarte, 398 – União dos Palmares – AL**
 Local em que será desenvolvida a pesquisa: na Academia San Kuan, Feira de
 Santana - BA

Título do Projeto: **A prevalência de luxação recidivante de ombro em atletas de Kung Fu.**

Caro atleta,

Você está sendo convidado a participar de uma pesquisa que tem por objetivo analisar a prevalência de atletas de Kung Fu que possuem a luxação recidivante de ombro. Sua participação é relevante pelo fato de ceder informações para a coleta de dados através de questionário aplicado na academia em um local reservado para que não venha causar constrangimento, evitando, assim, riscos na pesquisa. Devido o atleta de Kung Fu utilizar durante a execução do esporte movimentos de ombro, há uma possibilidade de luxação. Torna-se importante avaliar a prevalência não só de luxação, mas também a recidiva da mesma. Você se torna livre para recusar em qualquer etapa da pesquisa. Os dados coletados serão expostos, porém sua identidade ao será revelado, só estarão disponíveis aos pesquisadores. Os documentos ficarão armazenados em sigilo em posse do orientador responsável no período mínimo de 5 anos. Será necessário a assinatura de duas vias do termo, pois uma ficará com você e a outra com os pesquisadores responsáveis.

Confidencialidade

Eu,.....
entendo que, qualquer informação obtida sobre mim, será confidencial.

Eu também entendo que meus registros de pesquisa estão disponíveis para revisão dos pesquisadores.

Esclareceram-me que minha identidade não será revelada em nenhuma publicação desta pesquisa; por conseguinte, consinto na publicação para propósitos científicos. Os documentos ficarão armazenados em sigilo em posse do orientador responsável no período mínimo de 5 anos.

Direito de Desistência

Eu entendo que estou livre para recusar minha participação neste estudo ou para desistir a qualquer momento.

Consentimento Voluntário

Eu certifico que li ou foi-me lido o texto de consentimento e entendi seu conteúdo. Uma cópia deste formulário ser-me-á fornecida. Minha assinatura demonstra que concordei livremente em participar deste estudo.

Assinatura do participante da pesquisa:.....

..... Data: / /

Eu certifico que expliquei o(a) Sr.(a), acima, a natureza, propósito, benefícios e possíveis riscos associados á sua participação nesta pesquisa, que respondi todas as questões que me foram feitas e testemunhei assinatura acima.

Elen Silva Dos Santos*

CREFITO 141555-F

(75) 9115 1476

Lucianny Laís Silva Rocha**

CREFITO 4413-LTF

(82) 9938 8613

Assinatura do Pesquisadores Responsáveis:

.....
Elen Silva Dos Santos

.....
Lucianny Laís Silva Rocha

Data: / /

ANEXO

ANEXO – Questionário avaliativo.

ANEXO

Questionário Avaliativo

Nome:

Idade:

Sexo: ()F ()M

1. Quanto tempo treina o Kung Fu?

() 1-2 anos () 2-5 anos () Mais de 5 anos

2. Sente dor no ombro?

() Sim () Não

3. Já teve algum episódio de luxação de ombro?

() Sim () Não

(A resposta sendo negativa, não é necessário responder as seguintes questões 4 à 11).

4. Quantas vezes houve luxação de ombro?

() Nenhuma vez () Apenas 1 vez () Mais de 2 vezes

5. Há quanto tempo ocorreu o primeiro episódio? (em anos, meses ou dias)

6. O primeiro episódio foi depois que começou a treinar?

() Sim () Não

7. Geralmente ocorre realizando que atividade e em qual movimento?

8. Fez algum tratamento fisioterapêutico?

() Sim () Não

9. Sente dor no momento?

() Sim () Não

10. Sente insegurança de realizar os movimentos?

() Sim () Não

11. Devido a isso tem impossibilidade de realizar as atividades no treino?

() Sim () Não

12. Faz uso dos alongamentos?

Antes do treino:

() Sempre () Às vezes () Nunca

Depois do treino:

Sempre Às vezes Nunca

13. Realiza alguma atividade física a não ser Kung Fu?

Não Academia Natação Outros e qual?

14. Realiza algum treino específico para fortalecimento do ombro?

Sim Não