



## **ANÁLISE DA BIOMECANICA GESTO DESPOTIVO NO BASQUETEBOL: UMA REVISÃO DE LITERATURA**

LEAL, Larissa Pompeo<sup>1</sup>; MODESTO, Mariana Carvalho<sup>2</sup>; KUPSKE, Vandressa<sup>3</sup>;  
KELLER, Kalina Durigon<sup>4</sup>

**Palavras-Chave:** Basquetebol. Biomecânica. Gesto desportivo. Lesão.

### **INTRODUÇÃO**

O basquetebol é um desporto de equipe disputado por dois times composto por cinco jogadores. Cada equipe entra em quadra com doze jogadores sendo que cinco jogam e sete ficam na reserva.

Exige contato entre os jogadores tanto na defesa quanto no ataque, tendo como objetivo passar a bola por dentro do cesto que fica localizado nas extremidades da quadra em uma altura de aproximadamente três metros de altura. As dimensões da quadra ocupam simultaneamente um espaço de 420m<sup>2</sup> no entanto, a maioria das ações acontece em meia quadra (210m<sup>2</sup>) o que dá ao jogo uma dinâmica especial e aumenta a probabilidade de contato.

O basquetebol é um esporte competitivo, com alta incidência de lesões de contato e movimentação. De acordo com Carvalho et al. (2017) esse esporte apresenta todos os movimentos básicos como saltos, aterrissagens, corridas, aceleração, desaceleração e mudanças de direção. Por apresentarsaltosrepetitivosdurante jogos e treinos, pela própria exigênciadoesporte, acarreta em muitos atletas sobrecargas corporais diversas.

Após a queda de um rebote, um jogador pode sofrer um impacto cuja força pode exceder em até cinco vezes o seu peso corporal em cada pé. O alto número de saltos que demanda o basquetebol devido aos arremessos, tocos e rebotes pode causar nos atletas as Lesões por Esforço Repetitivo (LER). Durante um jogo com alta duração, um atleta pode exercer aproximadamente vinte e cinco mil impactos contra o solo, com uma média de 2,5 vezes o peso do seu corpo (MARMELLO; COSTA, 2013).

Aliado a esses fatores, a solicitação por aprimoramento físico, técnico e tático, resultante do treinamento desportivo de alto desempenho, se associa com desequilíbrios físicos e biomecânicos variados, como retrações musculares, desalinhamentos posturais, além de lesões desportivas (ALMEIDA, 2013). “Por ser um desporto com muitos saltos, mudanças bruscas de direção e constante utilização do equilíbrio recuperado, acentuam-se as lesões nesses jogadores, tanto em quantidade quanto em gravidade”, (MARMELLO; COSTA



JUNIOR, 2013). As lesões são as principais causas de afastamento dos atletas na maioria de suas modalidades esportivas, sendo esse afastamento altamente prejudicial tanto para o atleta quanto para a equipe, pois a lesão afeta seu desempenho técnico, físico e até mesmo psicológico, pois o atleta deve se policiar quanto a sua volta nas práticas de atividades e na intensidade do treinamento, porque devido à gravidade da lesão o seu tempo de recuperação pode ser logo, prejudicando a continuidade do seu treinamento (MARMELLO; COSTA, 2013). O presente estudo é uma revisão bibliográfica com o objetivo analisar a biomecânica do gesto desportivo para verificar a possibilidade de lesões.

## **METODOLOGIA OU MATERIAL E MÉTODOS**

Será realizada uma revisão da literatura com artigos publicados nas bases de dados Google acadêmico, Scielo e lilacs, a partir do ano de 2006 a 2018. As palavras Chaves utilizadas foram: basquetebol, gesto desportivo, biomecânica e lesão. O presente estudo tem como objetivo analisar a biomecânica do gesto desportivos para verificar a possibilidade de lesões.

## **RESULTADOS E DISCUSSÕES**

O maior índice de lesões ocorre nos membros inferiores, isso se caracteriza pela descarga de peso no jogo, por realizar mudança rápida de movimentos, corridas, saltos, aterrissagens. As lesões ligamentares são mais frequentes no basquete, umas delas é o entorse que são resultados da aterrissagem sobre o pé de outros jogadores, o ligamento mais afetado é o calcâneo fíbular, onde ocorre a inversão do tornozelo, esse mecanismo da lesão acaba ocorrendo por uma má queda ou por pisar em outro jogador. Pé e tornozelo agem juntos para dar uma maior sustentação e mobilidade no corpo, uma lesão nessa parte do corpo pode gerar algum tipo de problema em outra parte do corpo.

Porém Kofotolis and Kellis (2007) acham que os jogadores tem a mesma chance de lesões em treinos e jogos, não havendo diferença significativa, e concluem que o maior índice de lesões são de tornozelo. Silva, Abdalla et al. (2007) indica que a parte mais afetada em jogadores de basquete é o joelho, ocorrendo esse tipo de lesão mais em jogos do que em treinos. Segundo Almeida Neto Tonim et al. (2013) As lesões do basquete ocorrem mais em treinos e os membros inferiores são os mais afetados do que os membros superiores, com uma



alta incidência de lesões ligamentares. Quando se tem uma primeira lesão de entorse de tornozelo, a incidência de lesão no mesmo local é até 5 vezes maior, por ocorrer a diminuição da transmissão nervosa e a perda da instabilidade funcional e estrutural do local lesionado anteriormente (SOLER *apud*, 2010). A segunda lesão que mais comum que acomete os jogadores é a tendinite patelar que se caracteriza por ser uma inflamação no tendão que se localiza abaixo da patela e faz a ligação a um dos ossos da perna (tíbia), no qual compromete os movimentos de extensão da perna em um jogo como basquete que realiza saltos. Ashefeld (2002, *apud* MELO E PARADA, 2006). Entra em concordância que a tendinite patelar é uma lesão que acomete vários atletas do basquete, podendo causar uma inflamação, por realizar saltos repetitivos esse mecanismo de lesão é comum, e a área mais afetada é a parte inferior da perna.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS OU CONCLUSÃO

Com base na revisão de literatura realizada, podemos concluir que o maior índice de lesões ocorre em membros inferiores e a lesão que mais afeta esse esporte é o entorse de tornozelo caracterizadas, pelas descargas do peso no jogo na realização de mudanças rápidas de movimentos.

## REFERÊNCIAS

DE ALMEIDA NETO, Antônio Francisco; TONIN, Juliana Petrongari; NAVEGA, Marcelo Tavella. Caracterização de lesões desportivas no basquetebol. **Fisioterapia em Movimento**, v. 26, n. 2, 2017.

DE ROSE, Gabriel; TADIELLO, Felipe Ferreira; DE ROSE, Dante. Lesões esportivas: um estudo com atletas do basquetebol brasileiro. **Lecturas, Educación Física Y Deportes**, v. 10, n. 94, 2006.

CARVALHO, BRENDDA THAIZA S. et al. Lesões esportivas em atletas de basquete masculino veterano de Maringá. **REVISTA UNINGÁ**, v. 26, n. 1, 2017.

BORGES, Patrick Parizotto; OLTRAMARI, José Davi. Lesões em Atletas de Basquetebol e Voleibol. In: **Congresso de Pesquisa e Extensão da Faculdade da Serra Gaúcha**. 2015. p. 1390-1398.



DE OLIVEIRA, Mayron Faria; DE CARVALHO, Fernanda Fernandes; JUNIOR, Ernesto Cesar Pinto Leal. Estudo da incidência de lesões em atletas de basquetebol de alto nível nos 48º jogos regionais do estado de São Paulo. **XVI Encontro Latino Americano de Iniciação Científica. UNIVAP. São José dos Campos-SP: UNIVAP, p. 495-497.**