**TRAUMA DE COLUNA EM ATLETAS: PREVENÇÃO E TRATAMENTO CIRURGICO**

Eduardo Chaves Ferreira Coelho1, José Victor Lisboa Cardoso Gomes 1, Mauro Meira de Mesquita Junior1, Natielly Matias Sena1, Sophia Porto de Castro1, Thiago Assis Venâncio1.

1Pontifícia Universidade Católica de Goiás

Eduardoccoe@gmail.com

**Introdução**: O trauma de coluna em atletas é uma preocupação significativa devido seu potencial gravidade e impacto na carreira esportiva e na qualidade de vida dos indivíduos afetados. Lesões na coluna vertebral podem resultar de impactos diretos, movimentos bruscos ou sobrecarga, levando a fraturas vertebrais, lesões dos discos intervertebrais e comprometimento neurológico. Neste estudo, enfocamos estratégias de prevenção e tratamento cirúrgico do trauma de coluna em atletas, reconhecendo a importância de medidas proativas para mitigar o risco de lesões e intervenções cirúrgicas para maximizar a recuperação e o retorno ao esporte. **Metodologia**: Realizamos uma revisão abrangente da literatura utilizando bases de dados como PubMed, Scopus e outras fontes relevantes, com ênfase em estudos publicados nos últimos cinco anos. Os critérios de inclusão englobaram pesquisas originais, revisões sistemáticas e estudos de caso que abordaram estratégias de prevenção e tratamento cirúrgico do trauma de coluna em atletas. A pesquisa foi conduzida em inglês, português e espanhol, excluindo-se estudos desatualizados, sem revisão por pares e aqueles que não se alinhavam diretamente com o escopo do estudo. **Resultados**: A prevenção do trauma de coluna em atletas envolve uma abordagem multifacetada, incluindo treinamento adequado, técnica correta de movimentos, uso de equipamentos de proteção e estratégias de condicionamento físico. Além disso, a identificação e correção de desequilíbrios musculares e defeitos posturais são fundamentais para reduzir o risco de lesões. No entanto, quando ocorrem lesões significativas na coluna vertebral, o tratamento cirúrgico pode ser necessário para restaurar a estabilidade, aliviar a compressão neural e facilitar a cicatrização adequada. As técnicas cirúrgicas podem incluir fixação interna ou externa, fusão espinhal e descompressão neural, adaptadas às necessidades específicas de cada lesão e do atleta. **Conclusão**: A prevenção eficaz do trauma de coluna em atletas é essencial para garantir a segurança e o bem-estar dos indivíduos envolvidos em atividades esportivas. Estratégias de prevenção baseadas em evidências, juntamente com uma abordagem multidisciplinar que envolve treinadores, fisioterapeutas e profissionais de saúde, são fundamentais para minimizar o risco de lesões. No entanto, quando ocorrem lesões graves, o tratamento cirúrgico pode ser necessário para otimizar a recuperação e facilitar o retorno seguro ao esporte. A pesquisa contínua e a disseminação de melhores práticas são essenciais para melhorar os resultados e a qualidade de vida dos atletas após o trauma de coluna.

**Palavras-chave**: Traumatologia. Esporte. Sobrecarga

**Área temática:** Urgência e Emergência em Medicina, Enfermagem e Odontologia