

FÓRUM CIENTÍFICO DO UNICERP
ENCONTRO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA
EDIÇÃO 2022

DORSIFLEXÃO DE TONOZELO EM ATLETAS DE *CROSSFIT*® PORTADORES DE DOR FEMOROPATELAR E SEU IMPACTO NA CAPACIDADE FUNCIONAL

Sofia Cabral Olivi ¹, Edson Rodrigues Junior²

E-mail: soso.olivi@gmail.com

¹ Graduanda em Fisioterapia, Centro Universitário do Cerrado Patrocínio. Patrocínio, Minas Gerais, Brasil; ² Fisioterapeuta, Mestre em fisioterapia, professor do Centro Universitário do Cerrado Patrocínio. Patrocínio, Minas Gerais, Brasil.

Introdução: O *CrossFit*® é um esporte que engloba movimentos funcionais multi-articulares de intensidade e tem como objetivo aumentar o desempenho do atleta utilizando técnicas de repetição máxima, pouco intervalo de descanso e recuperação de cargas de alto volume. No entanto, uma má execução desse treinamento tem revelado alto potencial de risco de lesões. O joelho está entre uma das áreas mais lesadas entre os praticantes. A síndrome da dor femoropatelar (SDFP) é uma patologia que afeta indivíduos fisicamente ativos e relaciona-se a sobrecargas na articulação. A alteração da mecânica do pé e tornozelo, têm ganhado ênfase nas pesquisas para entender o desenvolvimento da SDFP, logo a amplitude de movimento (ADM) de dorsiflexão (DF) pode influenciar a função do joelho comprometendo sua função. **Objetivo:** Verificar e comparar a ADM de DF em atletas de *CrossFit*® com e sem dor femoropatelar e seu impacto na capacidade funcional. **Metodologia:** É uma pesquisa de campo, de caráter descritivo com abordagem quantitativa e corte transversal. A amostra foi composta de 46 atletas que foram divididos em dois grupos: sintomático e assintomático. Para traçar o perfil do atleta foi realizado um questionário caracterizando a amostra. Foi realizado o teste *Weight-Bearing Lunge Test* (WBLT) para avaliar a amplitude de dorsiflexão da articulação do tornozelo e o teste funcional *Lower Quarter Y-Balance Test* (YBT). A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário do Cerrado Patrocínio – (COEP/UNICERP) sob protocolo 2021 1450 FIS 012. **Resultados:** O grupo assintomático contou com 26 atletas, e o grupo sintomático com 20 atletas. Não houve diferenças estatísticas significativas quando comparado os dois grupos testados, em relação ao fator de limitação da ADM de DF e a capacidade funcional a partir do teste YBT. **Conclusão:** A redução da ADM de DF não relaciona-se diretamente à presença de dor no joelho, bem como não impacta negativamente na capacidade funcional destes indivíduos. Novos estudos são necessários para melhor compreensão dos fatores de risco para SDFP e seus impactos funcionais.

Palavras-chave: Síndrome da Dor Patelofemoral. Treinamento Intervalado de Alta Intensidade. Amplitude de Movimento Articular. Articulação do Tornozelo.