

BANDAGENS FUNCIONAIS NA ESTABILIZAÇÃO ARTICULAR E PREVENÇÃO DE LESÕES EM ATLETAS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

¹Claudiane Costa Da Silva
¹Caroline Menezes Lima
¹Anne Caroline Santos de Souza
¹Mikhail Santos Cerqueira

¹Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB). Jequié, Bahia, Brasil.

Eixo temático: Outros (Fisioterapia Esportiva)

Modalidade: Apresentação Oral

Link do ORCID do 1º autor: <https://orcid.org/0009-0006-5348-1962>

INTRODUÇÃO: A bandagem funcional é uma fita elástica e adesiva que se adere à pele e pode ser aplicada à uma articulação, a fim de promover proteção mecânica sem prejudicar a função articular. A utilização das bandagens funcionais como instrumento de estabilização e prevenção de lesões em atletas tornou-se uma prática comum. O estudo tem como objetivo descrever a influência da bandagem funcional na estabilidade articular e na prevenção de lesões em atletas. **MÉTODOS:** Esse estudo é do tipo relato de experiência e descreve a aplicação de bandagens funcionais em atletas durante o evento III Inter Atléticas Demolidora visando a estabilização articular e a prevenção de lesões. A ação foi realizada por estudantes da Liga Acadêmica de Habilidades Fisioterapêuticas (LAHF) de uma universidade pública em Jequié-BA. Os atletas passaram por uma triagem rápida que teve o objetivo identificar histórico de instabilidade articular ou de outras lesões, baseada em uma ficha de avaliação que incluía também histórico de dor, edema e tensão muscular. Foram realizados também testes articulares (ombro e joelho), como o teste de Speed, de apreensão do ombro, teste de gaveta anterior e posterior, teste de estresse em valgo e em varo. Durante o evento, os atletas que procuram os ligantes relataram desconforto articular e/ou muscular devido ao esforço repetitivo na prática do esporte e respondiam a Escala de Percepção de Estabilidade Articular (EPEA), onde 1 era o mínimo e 10 era o máximo de instabilidade. A bandagem foi aplicada apenas em casos com instabilidade articular ou histórico de lesão. **RESULTADOS:** A maioria dos atletas que foram atendidos pelos ligantes indicaram uma nota entre 6 e 7 na EPEA. Durante o campeonato, os atletas foram atendidos numa área de preparação para "recovery". Foram aplicadas bandagens elásticas funcionais, do tipo "kinesio tape", em atletas de voleibol, futsal e natação. As bandagens foram aplicadas principalmente nos membros superiores (voleibol) e inferiores (futsal e natação), de acordo com a maior demanda de esforço articular e muscular em cada esporte. A ficha de avaliação de cada atleta registrou que a principal queixa era dor muscular associada ao esforço repetitivo dos referidos esportes praticados. Após a aplicação das bandagens, a maioria dos atletas relatou sensação de maior estabilidade articular. A bandagem como ferramenta preventiva, mostrou ser uma abordagem viável para estabilizar articulações e reduzir a ocorrência de lesões, especialmente em ambientes competitivos. **CONCLUSÃO:** A experiência vivenciada pelos ligantes da LAHF no campeonato universitário demonstrou que a aplicação de bandagens funcionais elásticas contribuiu para a estabilização articular e a prevenção de lesões em atletas. O feedback positivo dos atletas, aliado à ausência de lesões graves, reforça o potencial do uso dessas bandagens como um recurso auxiliar durante as atividades esportivas. Contudo, é necessário ampliar estudos futuros para mensurar de forma objetiva os benefícios e possíveis limitações dessa prática em contextos de competição.