

Incidência de dor no ombro em nadadores brasileiros de elite*

MOISÉS COHEN¹, RENE J. ABDALLA², BENNO EJNISMAN³, SÉRGIO SCHUBERT⁴,
ALEXANDRE DIAS LOPES⁵, KARINA DA SILVA MANO⁵

RESUMO

Os autores avaliaram 205 nadadores durante o Troféu Brasil de Natação, com o objetivo de determinar a incidência de dor atual e pregressa no ombro de nadadores brasileiros de elite. A média de idade foi de 19 anos, sendo 95 do sexo feminino e 110 do masculino. Os atletas responderam a um protocolo preestabelecido. A incidência de dor atual no ombro foi de 19,02%, enquanto a dor pregressa foi de 63,41%. Não foram estatisticamente significantes as associações de dor pregressa e atual com idade, sexo, peso, altura, metragem semanal e tempo de prática do esporte. A presença de dor atual no ombro nos nadadores do estilo borboleta foi estatisticamente significativa.

SUMMARY

Incidence of shoulder pain in elite Brazilian swimmers

The authors studied 205 swimmers during a Brazilian championship. The aim of this study was to evaluate the incidence of actual and past shoulder pain in elite Brazilian swimmers. Mean age was 19 years and 95 were female and 110 male. The incidence of current pain was 19.02% and of past pain was 63.41%. There was no statistical difference between shoulder pain and age, gender, height, weight, meters per week and average swimming time. Current shoulder pain was statistically significant only in butterfly style swimmers.

* Trab. realiz. no Dep. de Ortop. e Traumatol. da Univ. Fed. de São Paulo (Serv. do Prof. José Laredo Filho) e no Conjunto Desportivo Constância Vaz Guimarães, da Secretaria de Esportes e Turismo do Estado de São Paulo.

1. Doutor em Ortop. e Chefe do Centro de Traumatol. do Esporte (CETE) do Dep. de Ortop. e Traumatol. da Univ. Fed. de São Paulo-Esc. Paul. de Med.
2. Doutor em Ortop. e Coordenador Científico do CETE.
3. Pós-graduando em nível de Doutorado do Dep. de Ortop. e Traumatol. e membro do CETE.
4. Médico estagiário do CETE.
5. Residente em Fisioterapia do CETE.

INTRODUÇÃO

O ato de nadar é relatado desde os tempos da Grécia e Roma antiga⁽⁵⁾. Platão escreveu que “o homem que não sabe nadar não é educado”.

Com a evolução dos tempos, crescente número de pessoas utiliza a natação como esporte, visando manutenção da preparação física, recreação ou competição.

Nos Estados Unidos da América existem trabalhos que contabilizam 120 milhões de nadadores recreativos anualmente^(3,7).

A queixa de dor nos ombros é freqüente em inúmeras modalidades esportivas, como voleibol, judô e ginástica olímpica^(2,7,11,12); porém, na natação, a incidência de queixas dolorosas, que diminuem o rendimento esportivo⁽¹⁰⁾ ou determinam o afastamento do atleta, parece ser alta.

Kennedy & Hawkins, em 1974⁽⁸⁾, introduziram o termo “ombro do nadador”, definido como uma tendinite do supra-espinhoso e/ou do bíceps braquial. Os autores encontraram esta doença em cerca de 3% dos nadadores.

Os relatos mais recentes demonstram que a incidência de dor pregressa no ombro varia de 47 a 80%^(1,3,4,6,9,10), enquanto os estudos relacionados à dor atual no ombro, de 13 a 26%⁽⁹⁾.

O objetivo deste trabalho foi pesquisar a incidência de dor pregressa e atual nos ombros de nadadores brasileiros de elite, bem como correlacionar os achados dolorosos com fatores que possam influenciar nos resultados.

MATERIAL E MÉTODO

Durante a realização do Troféu Brasil de Natação, em agosto de 1998, no Conjunto Esportivo Constância Vaz Guimarães, em São Paulo, foram avaliados 205 nadadores brasileiros, segundo um protocolo preestabelecido, aplicado para todos os atletas, que representam a realidade da natação de elite brasileira.

O protocolo constou da identificação dos nadadores, pesquisa dos melhores tempos e estilo, questionamento da pre-

sença ou não de dor anterior e progressa no ombro, bem como a demonstração por meio de desenho do local doloroso na articulação do ombro.

A dor atual foi definida como um quadro algico no ombro durante a competição.

Os atletas examinados eram considerados os melhores nadadores provenientes de 29 clubes de diversas cidades, divididos em nove Estados do Brasil.

Com relação ao sexo, 110 (53,7%) eram do masculino e 95 (46,3%) do feminino.

A idade variou de 13 a 29 anos, com média de 19 anos. O peso variou de 44 a 100 quilos, com média de 67,2 quilos. Quanto à altura, variou de 1,52 metros a 2,00 metros, com média de 1,75 metros.

O lado dominante foi o direito em 182 (88,8%) nadadores e o esquerdo em 23 (11,2%).

O tempo médio de prática da natação por atleta foi de 12 anos, variando de 1 a 22 anos. A metragem semanal média foi de 46.819, com mínima de 12.000 e máxima de 76.000 metros.

Os dados referentes aos 205 nadadores brasileiros de elite foram submetidos a análise estatística. A queixa de dor progressa e atual no ombro foi correlacionada com a faixa etária, sexo, peso, altura, tempo de prática do esporte, metragem do treinamento semanal e estilo da natação (livre, costas, peito, borboleta e o *medley*).

RESULTADOS

Após a computação geral dos dados, obtiveram-se 39 (19,02%) nadadores com dor durante a realização da competição, enquanto que 166 (80,98%) não apresentavam queixas dolorosas atuais nos ombros.

Quando questionados sobre a presença de dor progressa nos ombros, 130 (63,41%) nadadores responderam afirmativamente e 75 (39,59%) atletas não apresentaram queixas dolorosas relacionadas aos ombros durante a sua vida esportiva (gráfico 1).

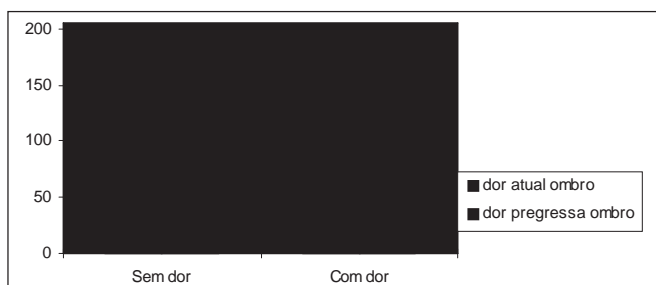


Gráfico 1 – Incidência de dor atual e progressa no ombro em 205 atletas do Troféu Brasil de Natação

TABELA 1
Associação entre quadro algico atual de dor e estilo da natação em 205 atletas do Troféu Brasil de Natação

Dor atual	Livre	Borboleta	Costas	Peito	“Medley”
Com dor	10 (15,5%)	10 (37,04%)	6 (16,67%)	8 (26,67%)	5 (10,87%)
Sem dor	56 (84,85%)	17 (62,96%)	30 (83,33%)	22 (73,33%)	41 (86,39%)
Total	66 (100,00%)	27 (100,00%)	36 (100,00%)	30 (100,00%)	46 (100,00%)

Qui-quadrado = 9,58; p = 0,0481*
Livre = Costas = “Medley” ≠ Borboleta

TABELA 2
Associação entre quadro algico progresso e estilo da natação em 205 atletas do Troféu Brasil de Natação

Dor progressa	Livre	Borboleta	Costas	Peito	“Medley”
Com dor	37 (56,06%)	21 (77,78%)	25 (69,44%)	18 (60,00%)	29 (63,04%)
Sem dor	29 (43,94%)	6 (22,22%)	11 (30,56%)	12 (40,00%)	17 (36,96%)
Total	66 (100,00%)	27 (100,00%)	36 (100,00%)	30 (100,00%)	46 (100,00%)

Qui-quadrado = 6,66; p = 0,3243

Segundo a análise estatística, não foi significativa a correlação da dor no ombro com a faixa etária, sexo, peso, altura, tempo de prática do esporte, metragem do treinamento semanal.

Com relação à incidência de dor no ombro e o estilo da natação, ocorreu uma significância estatística entre a dor atual no ombro e o estilo de nado denominado borboleta.

DISCUSSÃO

No consultório do traumatologista do esporte, a queixa de dor no ombro de nadadores é bastante freqüente. Na literatura nacional e internacional, existem poucos relatos que determinam o perfil do nadador, principalmente do brasileiro.

Concordamos com McMaster & Troup⁽⁹⁾ que afirmam a importância de diferenciar os quadros de dores progressas e atuais da cintura escapular. Nosso estudo demonstrou incidência de 19,02% de dor atual no ombro, comparada a 63,41% de dor progressa.

O Troféu Brasil é o maior e principal evento nacional da natação; a incidência de cerca de 1/5 de quadro algico no

ombro durante a competição pode explicar alguns rendimentos esportivos inferiores, bem como a dificuldade para se estabelecer um tratamento efetivo que possibilite ao atleta competir sem a presença de dor.

Segundo McMaster & Troup⁽⁹⁾, a incidência de dor no ombro aumentaria com o tempo de prática da natação; nosso estudo discorda dessa afirmação, não existindo significância estatística entre dor no ombro e tempo de prática do esporte.

Ciullo & Guiso⁽⁴⁾ afirmaram que cerca de 80% dos nadadores com dor no ombro eram especialistas em nado livre, enquanto nosso estudo apresentou incidência de 18,04% de dor no ombro nos especialistas em nado *crawl*.

Nossos achados são compatíveis com a literatura com relação a incidência de dor progressiva no ombro^(1,3,4,6,9).

Não foram encontrados relatos anteriores que associassem a dor no ombro com vários fatores que podem influenciar no aumento ou diminuição do aparecimento da dor no ombro do nadador.

Segundo nosso estudo, apesar de ser um esporte com grandes benefícios do ponto de vista da fisiologia esportiva, sem traumatismo direto e realizado num meio sem impacto, existe incidência significativa de dor no ombro, que deve ser melhor estudada e mais valorizada.

A traumatologia esportiva está em evolução bastante rápida, porém existem poucos estudos epidemiológicos que demonstram a realidade do esporte nacional. Acreditamos que somente com o melhor entendimento das lesões do atleta

brasileiro poderemos efetuar tratamento mais efetivo e possibilitar ao mesmo melhor rendimento na prática esportiva.

REFERÊNCIAS

1. Allegrucci, M., Whitney, S.L. & Irrgang, J.J.: Clinical implications of secondary impingement of the shoulder in freestyle swimmers. *J Orthop Sports Phys Ther* 9: 307-318, 1994.
2. Bak, K. & Magnusson, S.P.: Shoulder strength and range of motion in symptomatic and pain-free elite swimmers. *Am J Sports Med* 25: 454-459, 1997.
3. Buschbacher, R.M. & Bradden, R.L.: *Sports medicine and rehabilitation: a sport specific approach*, 1st ed., Mosby, 1995. p. 67-94.
4. Ciullo, J.V. & Guise, E.R.: Adolescents swimmer's shoulder. *Orthop Trans* 7: 171, 1983.
5. Fu, F.H. & Stone, D.A.: *Sports injuries*, Williams & Wilkins, 1996. p. 633-649.
6. Hawkins, R.J. & Misamore, G.W.: *Shoulder injuries in the athlete*, 1st ed., Churchill Livingstone, 1996. p. 417-427.
7. Johnson, J.E., Sim, F.H. & Scott, S.G.: Musculoskeletal injuries in competitive swimmers. *Mayo Clin Proc* 62: 289-304, 1987.
8. Kennedy, J.C. & Hawkins, R.J.: Swimmers shoulder. *Physician Sports-med* 2: 34-38, 1974.
9. McMaster, W.C. & Troup, J.: A survey of interfering shoulder pain in United States competitive swimmers. *Am J Sports Med* 21: 67-70, 1993.
10. Pink, M., Perry, J., Browne, A. et al: The normal shoulder during freestyle swimming. *Am J Sports Med* 19: 569-576, 1991.
11. Scovazzo, M.L., Browne, A., Pink, M. et al: The painful shoulder during freestyle swimming. *Am J Sports Med* 19: 577-582, 1991.
12. Ticker, J.B., Fealy, S. & Fu, F.H.: Instability and impingement in the athlete's shoulder. *Sports Med* 19: 418-426, 1995.