

**LESÃO FÍSICA, ESTRESSE PSICOLÓGICO E ENFRENTAMENTO EM ATLETAS DE FUTEBOL**Cleberson Franclin Tavares Costa<sup>1</sup>, Aline da Conceição Souza Costa<sup>2</sup>  
Marlizete Maldonado Vargas<sup>1</sup>**RESUMO**

O estresse é um estado de tensão que rompe o equilíbrio natural do organismo, e para a reabilitação o indivíduo deve utilizar de estratégias de enfrentamento eficazes. O estudo do estresse, dentro e fora do esporte, apresenta evidências da relação entre estresse e lesões físicas. O objetivo do estudo foi investigar a percepção de situações estressoras e as estratégias de enfrentamento utilizadas por atletas lesionados e não lesionados no Campeonato Sergipano 2014. 81 atletas de futebol profissionais, de quatro equipes semi-finalistas do Campeonato Sergipano 2014, compuseram a amostra e responderam o Inventário de Fatores de Stress no Futebol (ISF), a Escala de Modo de Enfrentamento de Problemas (EMEP) e a uma entrevista estruturada. Nas análises descritivas, detectou-se que 35,8% foram acometidos por lesão(ões) na temporada, as regiões mais atingidas foram joelho, tornozelo e coxa. No comparativo de médias, com significância mensurada pelo T Student, 19 situações apresentaram variação de respostas significativas entre os grupos ( $p < 0,05$ ), destacando que as situações de fracasso e de aspectos da competição foram percebidas como mais favoráveis pelos lesionados, enquanto as situações de demanda física e psicológica, perturbação, risco físico, crítica e repreensão foram percebidas como mais favoráveis pelos não lesionados. Sobre o enfrentamento, observou-se maior uso de estratégias motivacionais pelos lesionados e racionais pelos não lesionados. O presente estudo evidenciou a relação entre lesão e percepção de situações estressoras no futebol, e recomenda-se a inserção do psicólogo esportivo nos clubes, atuando na prevenção ao estresse e contribuindo para a redução de lesões físicas dos atletas.

**Palavras-chave:** Futebol. Traumatismos em atletas. Estresse psicológico. Estratégias de enfrentamento.

1-Universidade Tiradentes, Aracaju-SE, Brasil.  
2-Universidade Federal de Sergipe (UFS), Aracaju-SE, Brasil.

**ABSTRACT**

Injuries physical, psychological stress and coping in football players

Stress is a state of tension that disrupts the body's natural equilibrium, and for their rehabilitation one must use effective coping strategies. The study of stress, inside and outside the sport, presents evidence of the relationship between stress and physical injuries. The aim of the study was to investigate the perception of stressful situations and coping strategies used by athletes injured and uninjured in Sergipe's Championship 2014. 81 professional football players, four semi-finalist teams of Sergipe's Championship 2014, composed the sample and answered Inventory of Stress Factors in Football (ISF), the Escala de Modo de Enfrentamento de Problemas (EMEP) and a structured interview. In the descriptive analysis, it was found that 35.8% were affected by the lesion(s) on the season and the most affected areas were knee, ankle and thigh. In the comparison of averages, with significance measured by the test T Student, 19 cases had significant variation in responses between the groups ( $p < 0.05$ ), noting that the situations of failure and aspects of competition were perceived as more favorable for injured athletes while both physical and psychological demands, disturbance, physical risk, criticism and reprimand were perceived as more favorable by uninjured. On the face, there was increased use of motivational strategies for the injured and uninjured by rational. This study showed the relationship between injury and perception of stressful situations in football, and recommended the inclusion of sports psychologist in teams, acting in preventing stress and contributing to the reduction of physical injuries in athletes.

**Key words:** Football. Athletic injuries. Psychological stress. Coping.

E-mail dos autores:  
costacleberson90@gmail.com  
alineconceicaosouza@outlook.com  
marlizete@uol.com.br

## INTRODUÇÃO

O futebol, esporte de amplo alcance e popularidade, exige alto e constante desempenho dos atletas desde a iniciação ao desporto, e para atender a esta demanda, os desportistas se submetem a intensas rotinas dedicando-se quase que de maneira exclusiva.

A alta demanda física aliada ao ambiente competitivo reflete no surgimento de lesões físicas, recorrentes durante toda a vida profissional (Soares e colaboradores, 2011; Valderrabano e colaboradores, 2014).

Nos últimos anos estudos foram realizados com o objetivo de mensurar a incidência de lesões e orientar profissionais de clubes a melhores métodos de trabalho. Alguns destes identificaram, dentre outras variáveis sobre lesões no futebol, os tipos de lesões mais recorrentes, evidenciando as regiões, faixas-etárias, posições táticas mais vulneráveis e relação com o nível de competitividade (Benito Del Pozo e colaboradores, 2014; Nascimento e colaboradores, 2015; Nunes e colaboradores, 2015).

Em busca de explicações para a ocorrência de lesões em futebolistas, Cos e colaboradores (2010) elucidaram que o ambiente competitivo, o constante contato físico e fatores psíquicos são os principais causadores de lesões. Nippert e Smith (2008) demonstraram que fatores psicossociais têm influência na ocorrência de lesões físicas no esporte, ressaltando que o auxílio psicossocial exerce influência no processo preventivo e de recuperação da lesão.

De fato, a ausência de um suporte psicossocial bem estabelecido pode ocasionar o estresse psicológico, diminuindo a imunidade do organismo e expondo o atleta ao maior risco de lesão (Vasconcelos-Raposo e colaboradores, 2014).

O estresse é definido como uma reação adaptativa a situações do ambiente que provoca o desequilíbrio do organismo, através de sintomas físicos (sudorese, aumento da pressão arterial, dilatação da pupila, e outros) e psicológicos (aumento da motivação, atenção, entusiasmo ou desmotivação e irritabilidade, e outros), mensurado em diferentes níveis (de iniciais a avançados).

Baixos níveis de estresse são fundamentais para a sobrevivência humana, entretanto, níveis elevados são disfuncionais e

causam danos ao organismo humano (Dória e Colaboradores, 2012).

Os atletas com altos níveis de estresse reagem com maior intensidade a rotina de treinos, podendo causar feitos nocivos, como uma maior ativação muscular específica, danos a flexibilidade e coordenação motora, que dificultam a qualidade dos movimentos corporais envolvidos na execução da atividade e os expondo ao maior risco de lesões (Nascimento e colaboradores, 2015; Valderrabano e colaboradores, 2014).

Para trabalhar o estresse psicológico é importante compreender que as situações são caracterizadas como estressoras apenas quando o indivíduo percebe como ameaçadoras e acima dos recursos adaptativos que ele dispõe. As situações podem ser percebidas como desafiadoras (positiva) ou ameaçadoras (negativa), e sofrem influência direta dos processos e recursos sociocognitivos do sujeito (Lazarus e Folkman, 1984).

Dentre os requisitos fundamentais para administração de estressores estão as estratégias de enfrentamento, que são mudanças nos pensamentos e ações utilizadas para administrar demandas internas e externas de uma determinada transação pessoa-ambiente avaliada como estressante.

A adoção de estratégias de enfrentamento eficazes auxilia o atleta a lidar com as pressões e incertezas cotidianas do esporte, elevando a resiliência e aumentando as chances do êxito profissional (Verardi e colaboradores, 2011).

Diversos estudos apresentaram a relação entre estresse e lesão no esporte, porém, observou-se a carência de estudos que abordem a percepção de estressores no ambiente esportivo e a relevância das estratégias de enfrentamento adotadas.

Deste modo, este estudo objetiva-se em investigar a percepção de situações estressoras e as estratégias de enfrentamento utilizadas por atletas lesionados e não lesionados no Campeonato Sergipano 2014.

## MATERIAIS E MÉTODOS

É um estudo quantitativo, com amostra composta por atletas do sexo masculino pertencente as quatro equipes semifinalistas do Campeonato Sergipano de Futebol Profissional 2014.

Foram convidados a participar do estudo todos os atletas das equipes, alguns não aceitaram participar e a amostra final foi composta por 81 atletas participantes.

O levantamento dos dados foi realizado durante o primeiro semestre de 2014, e a coleta de dados ocorreu em salas nos centros de treinamentos das respectivas equipes, com a devida autorização e consentimento assinado pelos presidentes dos clubes.

Antes da aplicação de instrumentos, os atletas que aceitaram participar do estudo assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE). Foram obedecidas todas as normas éticas de pesquisas com seres humanos, com o projeto previamente aprovado pelo Comitê de Ética da Universidade Tiradentes em abril de 2014, sob o parecer nº 625.388.

Para a coleta de dados foi aplicado um instrumento, o Inventário de Fatores de Stress no Futebol (ISF) de Brandão (2000), que avalia a percepção de situações estressoras do ambiente futebolístico. O instrumento mensura a percepção de estresse, aferindo a direcionalidade (negativo, neutro ou positivo) e a intensidade (muito, mais ou menos ou pouco) de situações sobre o desempenho, em escala de -3, quando muito negativo, a 3, quando muito positivo. O ISF dispõe de 77 situações do ambiente futebolístico dividida em 7 fontes estressoras: 1) situações de fracasso iminente ou real; 2) situações de aspectos da competição; 3) situações de demanda física e psicológica; 4) situações de conflito; 5) situações de perturbação; 6) situações de risco físico; e 7) situações de crítica e repreensão.

Após preenchimento do ISF, os atletas responderam a Escala de Modo de Enfrentamento de Problemas (EMEP), para identificar as estratégias de enfrentamentos mais utilizadas. Traduzida para o português por Gimenes e Queiroz (1997) e validada por Seidl e colaboradores (2001), a escala inclui 45 itens agrupados em quatro fatores: 1) Enfrentamento focalizado no problema; 2) Enfrentamento focalizado na emoção; 3) Busca de práticas religiosas/Pensamentos fantasiosos e 4) Busca de suporte social. As respostas são fornecidas em escala, com escores variando entre 1 (Eu nunca faço isso) a 5 (Eu sempre faço isso).

Por fim, os pesquisadores entrevistaram os atletas e, dentre as questões investigadas, indagou-se se o atleta havia

sofrido lesão(ões) na atual temporada, em resposta afirmativa, relatou-se qual a região acometida.

Sobre o tratamento dos dados, realizou-se uma análise descritiva para mensurar o quantitativo de lesões e regiões mais acometidas na temporada.

Para a análise estatística, realizada através do programa Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versão 16.0, foi utilizado o teste T Student para comparação de médias entre as avaliações aos itens do ISF e EMEP entre lesionados e não lesionados. O nível de significância utilizado foi de 5% ( $p < 0,05$ ).

## RESULTADOS

Os resultados apontaram que 52 (64,2%) atletas não sofreram lesão, enquanto 29 (35,8%) sofreram, ao menos, uma lesão durante o campeonato sergipano de 2014.

Observa-se que os goleiros não sofreram lesão, enquanto os laterais e os atacantes obtiveram os maiores índices de lesões, e as regiões da coxa, joelho e tornozelo foram as mais acometidas.

**Tabela 1 - Ocorrência de lesões por posição tática e região acometida, Sergipe, 2014.**

Posição tática	n	n de lesionados (%)
Goleiro	9	0 (0,0%)
Zagueiro	16	7 (43,8%)
Lateral	8	4 (50,0%)
Volante	11	2 (18,2%)
Meio-campista	21	8 (38,1%)
Atacante	16	8 (50,0%)
Região acometida	n de lesões	
Coxa	14 (43,8%)	
Joelho	9 (28,1%)	
Tornozelo	4 (12,4%)	
Pé	2 (6,2%)	
Mão	1 (3,1%)	
Púbis	1 (3,1%)	
Coluna vertebral	1 (3,1%)	
<b>Total</b>	<b>31 lesões</b>	

Através da análise comparativa entre médias das respostas atribuídas ao ISF de grupos de atletas lesionados e não lesionados identificou-se que 19 situações apresentaram significância estatística, em que as situações de fracasso e de aspectos da competição foram percebidas como mais favoráveis pelos lesionados e as situações de demanda física e psicológica, perturbação, risco físico, crítica e repreensão pelos não lesionados (Tabela 2).

Sobre as estratégias de enfrentamento, evidencia-se a diferença de estratégias adotadas, em que o grupo de atletas lesionados apresentou maior uso de

estratégias motivacionais, enquanto o grupo de não lesionados apresentou superioridade no uso de uma estratégia racional, metódica no enfrentamento do problema (Tabela 3).

**Tabela 2** - Avaliação comparativa de situações de estresse entre grupos de atletas lesionados e não lesionados no Campeonato Sergipano, 2014.

Fator	Situações	Grupo	Média de escores	DP	F	P
1	Treinar mal o coletivo final	Não lesionados	-1,17	1,700	5,311	0,024
		Lesionados	-0,90	1,319		
1	Quando sua equipe toma um gol	Não lesionados	-1,40	1,600	4,338	0,041
		Lesionados	-1,34	1,173		
1	Receber ameaças do árbitro durante uma partida	Não lesionados	-1,19	1,482	4,765	0,032
		Lesionados	-0,90	1,081		
1	Errar jogadas no final do jogo	Não lesionados	-1,36	1,509	7,548	0,007
		Lesionados	-1,45	0,985		
2	Jogar em uma posição improvisada	Não lesionados	-0,60	1,636	4,806	0,031
		Lesionados	-0,39	1,166		
3	Muito treino físico	Não lesionados	-0,38	2,107	8,828	0,004
		Lesionados	-0,93	1,510		
3	Muito treino logo cedo	Não lesionados	0,17	1,907	11,437	0,001
		Lesionados	-0,10	1,047		
3	Treinar em dois períodos	Não lesionados	0,38	1,891	6,516	0,013
		Lesionados	-0,25	1,351		
3	Ficar concentrado na véspera do jogo	Não lesionados	2,08	1,181	5,193	0,025
		Lesionados	1,62	1,522		
4	Nervosismo excessivo	Não lesionados	-1,55	1,519	4,206	0,044
		Lesionados	-1,66	1,289		
4	Estabelecimento de metas muito altas	Não lesionados	1,12	2,006	13,742	0,000
		Lesionados	1,79	1,207		
5	Comportamento de jornalistas antes do jogo	Não lesionados	-0,13	1,189	5,969	0,017
		Lesionados	-0,03	0,731		
5	Conflito com os familiares	Não lesionados	-1,90	1,648	9,251	0,003
		Lesionados	-2,31	0,967		
5	Falta de preparação psicológica	Não lesionados	-1,60	1,738	16,593	0,000
		Lesionados	-2,07	0,884		
5	Preparação técnico-tática inadequada	Não lesionados	-1,67	1,774	26,323	0,000
		Lesionados	-2,07	0,799		
6	Cobrança de si mesmo para jogar bem	Não lesionados	2,24	1,335	5,687	0,020
		Lesionados	1,62	1,916		
6	Jogar com muito calor	Não lesionados	-1,48	1,627	5,559	0,021
		Lesionados	-1,66	1,143		
7	Levar bronca de um companheiro durante o jogo	Não lesionados	0,23	1,688	5,282	0,024
		Lesionados	0,10	1,205		
7	A cobrança de jornalistas através da imprensa	Não lesionados	-0,23	1,604	4,084	0,047
		Lesionados	-0,45	0,948		

**Tabela 3** - Avaliação comparativa de estratégias de enfrentamento entre grupos de atletas lesionados e não lesionados no Campeonato Sergipano, 2014.

Fator	Situações	Grupo	Média de escores	DP	F	P
1	Encaro a situação por etapas, fazendo uma coisa de cada vez	Não lesionados	4,08	1,152	4,103	0,046
		Lesionados	3,79	0,876		
1	Eu digo a mim mesmo o quanto já consegui	Não lesionados	3,81	1,329	7,064	0,010
		Lesionados	4,14	0,891		
2	Eu brigo comigo mesmo; Eu fico falando comigo mesmo o que devo fazer	Não lesionados	3,73	1,206	5,704	0,019
		Lesionados	3,96	0,962		

## DISCUSSÃO

A prevalência de lesões em membros inferiores e concentradas em coxa, joelho e

tornozelo corrobora com os resultados de outros estudos realizados no futebol brasileiro. Nascimento e colaboradores (2014), em estudo realizado com atletas do futebol

paraense apresentaram que entorse no joelho, no tornozelo e distensão de coxa (18,8% cada) foram as lesões mais registradas.

No comparativo por posição tática, os estudos se diferem, em que neste estudo atacantes e laterais foram as posições mais vulneráveis, enquanto Nascimento e colaboradores (2014) constataram zagueiros e meio-campistas como as posições mais vulneráveis.

Outros estudos, como os de Santos e Sandoval (2011), com profissionais do futebol goiano e Pedrinelli e colaboradores (2013), com futebolistas sulamericanos que disputavam a Copa América de 2011, também apresentaram resultados ainda mais próximos aos deste estudo. Em ambos os estudos coxa, joelho e tornozelo foram as regiões mais acometidas. Dos Santos e Sandoval (2011) realizaram, do mesmo modo, a investigação por posição tática, evidenciando também que os jogadores de ataque foi um dos mais atingidos.

Comparando os resultados com estudos em futebol de base, observa-se que a incidência de lesões no profissional é menor, porém as regiões mais afetadas seguem sendo coxa, joelho e tornozelo. A inexperiência foi explicada pelos autores como a causa da maior ocorrência de lesões no desporto de base (Lima e Zamai, 2011; Nunes e colaboradores, 2015).

No comparativo com estudos realizados em outros continentes, é possível identificar diferenças e semelhanças nos resultados. Em estudo com atletas do futebol estadunidense, observou-se que além do tornozelo, joelho e coxa, a cabeça é uma das regiões mais lesionadas (Yard e colaboradores, 2008). Nas ligas europeias, similarmente aos dados aqui encontrados, constatou-se que a incidência de lesões na coxa é maior que nas demais regiões, ocorrendo aproximadamente 1,6 lesão a cada 1000 horas de exposição (Ekstrand, 2008).

As situações de demanda física e psicológica, perturbação, risco físico, crítica e repreensão foram percebidas de maneira mais debilitadora pelos atletas lesionados. O ambiente competitivo, potencializador de crítica, e as demandas física e psíquica tornam os atletas mais propensos a lesões (Cos e colaboradores, 2010; Petipas e Brewer, 2004).

Por outro lado, o estresse também interfere no processo regenerativo do atleta lesionado, destacando que este necessita de suporte social para redução dos níveis de

estresse e ocasionar benefícios ao processo de reabilitação (Nippert e Smith, 2008; Pietro, 2007).

Vasconcelos-Raposo e colaboradores (2014), reforçaram que o estresse psicológico desponta como a variável psicossocial mais determinante na predisposição de atletas a lesões. Os autores destacaram a importância de intervenções terapêuticas na recuperação de atletas lesionados, e que estas devem ser realizadas pelo psicólogo do esporte com o auxílio de equipe técnica multidisciplinar.

Os atletas lesionados deste estudo avaliaram, também de maneira mais negativa, as situações de treino e preparação inadequada. Parte das lesões esportivas ocorre durante o período de treinamentos, como consequência da alta carga de treinos ou a aplicação inadequada destes, conforme apontaram estudos de Nascimento e colaboradores e colaboradores (2015), Valderrabano e colaboradores (2014), Samuel (2012) e Cruz-Ferreira e colaboradores (2015). Todos estes estudos evidenciaram a necessidade de treinamentos mais eficazes que, dentre outros objetivos esportivos, auxiliem na prevenção de lesões.

A realização de treinamentos mais eficazes requer, dentre outros requisitos, o maior investimento financeiro, situação de difícil alcance para os profissionais que trabalham em clubes com situação financeira limitada e precisam adaptar-se ao que é disponibilizado, conforme destacado por Souza e colaboradores (2015) no futebol catarinense. Ressalta-se que o futebol catarinense dispõe de maior visibilidade e aporte financeiro, comparado ao sergipano que, atualmente, conta com apenas equipes nos campeonatos nacionais da 3ª e 4ª divisão.

Além das alterações ambientais, as alterações internas, através das estratégias de enfrentamento originam uma maior possibilidade de mudança.

Identificar as estratégias de enfrentamento e direcioná-las para o enfoque na resolução de problemas é importante para lidar com as situações adversas do futebol.

Em geral, as estratégias de suporte social e focadas na elaboração de soluções para o problema, encontradas neste estudo, são fundamentais para a promoção da resiliência do atleta, conforme destacaram Bagni e colaboradores (2013).

**CONCLUSÃO**

Evidenciou-se diferenças significativas na percepção de estresse e enfrentamento adotado pelos grupos de atletas lesionados e não lesionados, concluindo que há evidências da relação entre estresse psicológico, lesões e enfrentamento adotado.

Considera-se importante que os profissionais que atuam na preparação física, técnica e tática desenvolvam programas de treinamento que reduzam os riscos de lesões.

Aliado a estes, recomenda-se o acompanhamento psicológico, por parte de um psicólogo esportivo, como relevante na prevenção ao estresse, redução do risco de lesões físicas e promoção do bem-estar dos atletas.

**REFERÊNCIAS**

- 1-Bagni, G.; Machado, A. A.; Barbosa, C. G.; Verzani, R. H.; Morão, K. G. Estratégias de enfrentamento de problemas em jovens atletas: um estudo através do EMEP. Coleção Pesquisa em Educação Física. Vol. 12. Num 1. 2013. p. 63-70.
- 2-Benito del Pozo, L.; Ayán Pérez, C.; Revuelta Benzanilla, G.; Maestro Fernández, A.; Fernández Villa, T.; Martín Sánchez, V. Influencia del estatus profesional de los jugadores de fútbol en la frecuencia y gravedad de las lesiones: estudio piloto comparativo. Apunts Medicina del'Esport. Vol. 49. Num. 181. 2014. p. 20-24.
- 3-Brandão, M. R. F. Fatores de stress em jogadores de futebol profissional. Tese de Doutorado. Faculdade de Educação Física da UNICAMP. Campinas. 2000.
- 4-Cos, F.; Cos, M. À.; Buenaventura, L.; Pruna, R.; Ekstrand, J. Modelos de análisis para la prevención de lesiones en el deporte. Estudio epidemiológico de lesiones: el modelo Union of European Football Associations en el fútbol. Apunts Medicina del'Esport. Vol. 45. Num. 166. 2010. p. 95-102.
- 5-Cruz-Ferreira, A.; Fernandes, S.; Marujo, A. Programas de exercício na prevenção de lesões nos jogadores de futebol: Revisão sistemática. Revista de Ciencias del Deporte. Vol. 11. Num. 2. 2015. p. 39-40.
- 6-Doria, M. C. D. S.; Lipp, M. E. N.; Silva, D. F. D. El uso de la acupuntura en la sintomatología del stress. Psicología, Ciência e Profissão. 2012. Vol. 32. Num. 1. p. 34-51.
- 7-Ekstrand, J. Epidemiology of football injuries. Science & Sports. Vol. 23. Num. 2. 2008. p. 73-77.
- 8-Gimenes, M. G. G.; Queiroz, B. As diferentes fases de enfrentamento durante o primeiro ano após a mastectomia. In Gimenes, M. M. G.; Fávero, M. H. (Orgs). A mulher e o câncer. Campinas. Editorial Psy. 1997. p. 321.
- 9-Lazarus, R. S.; Folkman S. Stress, appraisal and coping. New York. Springer Publishing Company. 1984. p. 456.
- 10-Lima, F.; Zamai, C. A. Análise da incidência de lesões em atletas na categoria de base sub-15 do Paulínia Futebol Clube. Lecturas, Educación Física y Deportes. Año 16. Num. 156. 2011.
- 11-Nascimento, G. A. R. L.; Borges, M. G. L.; De Souza, P. V. N.; Sanches Júnior, D. D. L.; Furtado Júnior, J. M. Lesões musculoesqueléticas em jogadores de futebol durante o campeonato Paraense de 2013. Revista Brasileira de Futsal e Futebol. Vol. 7. Num. 25. 2015. p. 290-296. Disponível em: <<http://www.rbff.com.br/index.php/rbff/article/view/340>>
- 12-Nippert, A. H.; Smith, A. M. Psychologic stress related to injury and impact on sport performance. Physical Medicine and Rehabilitation Clinics of North America. Vol. 19. Num 2. 2008. p. 399-418.
- 13-Nunes, W. S.; da Silva Peixoto, R.; Malta, A. S.; da Costa, P. C. S. Prevalência de Lesões nos Atletas das Categorias de Base do Sport Club Rio Grande. Ensaios e Ciência: Ciências Biológicas, Agrárias e da Saúde. Vol. 18. Num. 1. 2015. p. 31-35.
- 14-Pedrinelli, A.; Da Cunha Filho, G. A. R.; Thiele E. S.; Kullak, O. P. Estudo epidemiológico das lesões no futebol profissional durante a Copa América de 2011, Argentina. Revista Brasileira de Ortopedia. Vol. 48. Num. 2. 2013. p. 131-136.

## Revista Brasileira de Futsal e Futebol

ISSN 1984-4956 *versão eletrônica*

Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício

[www.ibpex.com.br](http://www.ibpex.com.br) / [www.rbff.com.br](http://www.rbff.com.br)

- 15-Petitpas, A. J.; Brewer, B. W. Injury in sport. Encyclopaedia of applied psychology. USA. Elsevier Academic Press. 2004. p. 297.
- 16-Pietro, R. G. El estrés y las lesiones deportivas (I). El estrés previo a la lesión. Lecturas, Educación Física y Deportes. Año 12. Num. 110. 2007.
- 17-Samuel, P. C. Lesiones de la columna lumbar en el deportista. Revista Médica Clínica Las Condes Vol. 23. Num. 3. 2012. p. 275-282.
- 18-Santos, G. A. A.; Sandoval, R. A. Perfil epidemiológico dos atletas profissionais do Vila Nova Futebol Clube no campeonato brasileiro série B 2010. Lecturas, Educación Física y Deportes. Año 16. Num. 163. 2011.
- 19-Seidl, E. M. F.; Tróccoli, B. T.; Zannon, C. M. L. C. Análise fatorial de uma medida de estratégias de enfrentamento. Psicologia: Teoria e Pesquisa. Vol. 17. Num. 3. 2001. p. 225-234.
- 20-Soares, A. J. G.; Melo, L. B. S. D.; Costa, F. R. D.; Bartholo, T. L.; Bento, J. O. Jogadores de futebol no Brasil: mercado, formação de atletas e escola. Revista Brasileira de Ciências do Esporte. Vol. 33. Num. 4. 2011. p. 305-321.
- 21-Souza, W. B.; De Souza, A. L.; De Souza, J. C. C.; De Souza, W. C.; Mascarenhas, L. P. G.; Grzelczak, M. T. O controle da intensidade dos treinamentos das equipes que disputaram a divisão principal do campeonato catarinense de futebol 2013: segundo os preparadores físicos. Revista Brasileira de Futsal e Futebol. Vol. 7. Num. 23. 2015. p. 47-58. Disponível em:  
<<http://www.rbff.com.br/index.php/rbff/article/view/319>>
- 22-Valderrabano, V.; Barg, A.; Paul, J.; Pagenstert, G.; Wiewiorski, M. Foot and Ankle Injuries in Professional Soccer Players. Sports Orthopaedics and Traumatology. Vol. 30. Num. 2. 2014. p. 98-105.
- 23-Vasconcelos-Raposo, J.; Carvalho, R.; Teixeira, C. M.; Neto, J. T. Relevância da intervenção psicológica em casos de lesão de atletas. Revista Portuguesa de Ciências do Desporto. Vol. 14. Num. 2. 2014. p. 110-131.
- 24-Verardi, C. E. L.; Neiva, C. M.; Pessoa Filho, D. M.; Nagamine, K. K.; Miyazaki, M. C. O. S. Estratégias de enfrentamento em jogadores de futebol. Revista Brasileira de Ciência e Movimento. Vol. 19. Num. 4. 2011. p. 60-67.
- 25-Yard, E. E.; Schroeder, M. J.; Fields, S. K.; Collins, C. L.; Comstock, R. D. The epidemiology of United States high school soccer injuries, 2005–2007. The American Journal of Sports Medicine. Vol. 36. Num. 10. 2008. p. 1930-1937.

Endereço para correspondência:

Av. Murilo Dantas, nº 300.

Farolândia, Aracaju-SE.

CEP: 49032-490.

Recebido para publicação em 19/11/2018

Aceito em 06/01/2019