

Organizadores

Antonio Alves de Fontes-Júnior
Diego de Carvalho Tuber
Carlos Bruno Reis Pinheiro
Vanessa Oliveira Guimarães dos Santos
Teresa Cristina de Carvalho Piva

**1º SIMPÓSIO
INTERNACIONAL**
*Enfermagem do
Esporte*



thesis editora
científica

ORGANIZADORES

Diego de Carvalho Tuber – Presidente do SIEE
Vanessa Oliveira Guimarães dos Santos – Vice Presidente do SIEE
Carlos Bruno Reis Pinheiro – Presidente Comissão Científica do SIEE
Teresa Cristina de Carvalho Piva – Vice Presidente Comissão Científica do SIEE
Antonio Alves de Fontes-Júnior – Secretário Geral SIEE –
antonio.junior88@cs.cruzeirodosul.edu.br
comissaocientificasiee@gmail.com

**1º SIMPÓSIO INTERNACIONAL DE ENFERMAGEM DO ESPORTE
(1º SIEE)**

Universidade Santa Úrsula
Rio de Janeiro – RJ
31/07 e 01/08/2025



Resumos



2025 - Thesis Editora Científica

Copyright © Thesis Editora Científica

Open access publication by Thesis Editora Científica

Editor Chefe: Felipe Cardoso Rodrigues Vieira

Diagramação, Projeto Gráfico e Design da Capa: Thesis Editora Científica

Revisão: Organização do evento e os autores



Licença Creative Commons

1º Simpósio Internacional de Enfermagem do Esporte (1º SIEE) está licenciado com uma Licença Creative Commons 4.0 Internacional (CC BY 4.0).

Esta licença exige que as reutilizações deem crédito ao criador. Ele permite que os reutilizadores distribuam, remixem, adaptem e construam o material em qualquer meio ou formato, mesmo para fins comerciais.

O conteúdo da obra e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores, não representando a posição oficial da Thesis Editora Científica. É permitido o download da obra e o compartilhamento desde que sejam atribuídos créditos aos autores. Todos os direitos para esta edição foram cedidos à Thesis Editora Científica.

ISBN: 978-65-83199-32-4

Thesis Editora Científica
Teresina – PI – Brasil
contato@thesiseditora.com.br
www.thesiseditora.com.br



2025





2025 - Thesis Editora Científica

Copyright © Thesis Editora Científica

Open access publication by Thesis Editora Científica

Editor Chefe: Felipe Cardoso Rodrigues Vieira

Diagramação, Projeto Gráfico e Design da Capa: Thesis Editora Científica

Revisão: Organização do evento e os autores

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)**

1º Simpósio Internacional de Enfermagem do Esporte (1º SIEE)(8.: 2025 : Rio de Janeiro, RJ) Anais do 1º Simpósio Internacional de Enfermagem do Esporte (1º SIEE) [livro eletrônico] / organizadores Antonio Alves de Fontes-Júnior ... [et al.]. -- 1. ed. -- Rio de Janeiro : Thesis Editora Científica, 2025.
PDF

Outros organizadores: Diego de Carvalho Tuber, Vanessa Oliveira Guimarães dos Santos, Carlos Bruno Reis Pinheiro, Teresa Cristina de Carvalho Piva

Bibliografia
ISBN 978-65-83199-32-4

1. Educação física 2. Esportes 3. Enfermagem 4. Enfermeiros - Formação profissional 5. Simpósio Internacional de Enfermagem do Esporte I. Fontes-Júnior, Antonio Alves de. II. Tuber, Diego de Carvalho. III. Santos, Vanessa Oliveira Guimarães dos. IV. Pinheiro, Carlos Bruno Reis. V. Piva, TeresaCristina de Carvalho. VI. Título.

25-305194.0

CDD-616.1527

Índices para catálogo sistemático:

1. Enfermagem do esporte : Ciências médicas 616.1527

Maria Alice Ferreira - Bibliotecária - CRB-8/7964

Thesis Editora Científica
Teresina – PI – Brasil
contato@thesiseditora.com.br
www.thesiseditora.com.br



2025



PREFÁCIO

É com grande entusiasmo e gratidão que apresentamos os anais do 1º Simpósio Internacional de Enfermagem do Esporte (1º SIEE), evento realizado nos dias 31 de julho e 1º de agosto de 2025, na cidade do Rio de Janeiro, que reuniu profissionais, pesquisadores e estudantes dedicados ao estudo e à prática da enfermagem no contexto esportivo.

O evento se destacou pela profundidade das discussões, que abrangem desde as práticas preventivas até os cuidados terapêuticos especializados voltados para a saúde integral dos atletas, incluindo grupos especiais como atletas transgêneros e aqueles com transtornos relacionados ao uso de substâncias. Ao longo de dois dias intensos de troca de conhecimentos, foram apresentados trabalhos que não só evidenciam os avanços da enfermagem esportiva, mas também sublinham os desafios persistentes, como a inclusão social no esporte, a prevenção de lesões e o impacto da atividade física na saúde mental dos atletas.

Agradecemos profundamente aos organizadores, palestrantes e participantes que contribuíram para tornar este evento um marco na disseminação do conhecimento e práticas de enfermagem no contexto esportivo. Este simpósio não apenas serviu como um ponto de encontro para debates enriquecedores, mas também como uma plataforma para o desenvolvimento de novas perspectivas e soluções baseadas em evidências, voltadas para a melhoria da saúde e bem-estar dos atletas.

Os trabalhos apresentados neste volume de anais refletem a diversidade de temas abordados, que vão desde os impactos dos jogos eletrônicos na saúde dos jogadores até a dinâmica integrativa como estratégia de cuidado para dependentes químicos, passando pelo papel fundamental da enfermagem na promoção da inclusão e saúde integral de atletas transgêneros. Cada um desses estudos apresenta um olhar inovador e interdisciplinar, ressaltando a importância da colaboração entre profissionais da enfermagem, educação física, medicina e áreas correlatas.

A enfermagem do esporte, como campo emergente de atuação, assume um papel cada vez mais essencial no cuidado de atletas, não apenas nos momentos de lesão ou reabilitação, mas também na promoção da saúde preventiva, criando espaços seguros e inclusivos para todos os praticantes de esportes, sem distinção.

Por fim, esperamos que os trabalhos aqui reunidos inspirem novas pesquisas e a implementação de políticas públicas que visem a melhoria das condições de saúde no esporte, com ênfase na qualidade de vida dos atletas e no fortalecimento da enfermagem esportiva como uma profissão estratégica na saúde.

A todos que contribuíram para a realização deste evento e para o sucesso desta publicação, nossos sinceros agradecimentos.

Antonio Alves de Fontes-Junior
Organizador dos Anais do 1º SIEE
Universidade Santa Úrsula
Rio de Janeiro – RJ



SUMÁRIO

IMPACTO DOS JOGOS ELETRÔNICOS COMPETITIVOS NA SAÚDE DOS JOGADORES BRASILEIROS: SINTOMAS FÍSICOS, MENTAIS E O PAPEL DA ENFERMAGEM ESPORTIVA	7
ATUAÇÃO DA ENFERMAGEM DO ESPORTE NA PROMOÇÃO DA INCLUSÃO E SAÚDE INTEGRAL DE ATLETAS TRANSGÊNERO	12
DINÂMICA INTEGRATIVA COMO ESTRATÉGIA DE CUIDADO A PESSOAS COM TRANSTORNO RELACIONADO AO USO DE SUBSTÂNCIAS: RELATO DE EXPERIÊNCIA	17
MORFOLOGIA E CAPACIDADES FÍSICAS DE ATLETAS DE JIU-JITSU BRASILEIRO: UMA REVISÃO NARRATIVA	25
O PAPEL DA ENFERMAGEM NA PROMOÇÃO DA SAÚDE DE PESSOAS COM DEFICIÊNCIA POR MEIO DO ESPORTE.....	36
ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM NAS LESÕES DE ATLETAS	39
ATUAÇÃO DA EQUIPE DE SAÚDE NAS EMERGÊNCIAS EM CORRIDAS DE RUA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA.....	41
ENFERMAGEM NA PROMOÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA: IMPACTO NA PREVENÇÃO DE DOENÇAS E MORBIMORTALIDADE.....	43
ESPORTE COMO ESTRATÉGIA DE CUIDADO À SAÚDE MENTAL DO HOMEM: REVISÃO DE LITERATURA COM ENFOQUE NA ATUAÇÃO DE ENFERMAGEM.....	45
ESTRATÉGIAS PREVENTIVAS PARA REDUZIR O RISCO DE LESÕES EM INDIVÍDUOS QUE PRATICAM CORRIDA DE RUA	47
ATUAÇÃO DO ENFERMEIRO NA PREVENÇÃO DE LESÕES EM CORREDORES DE RUA	49
DESENVOLVIMENTO DE ASSISTENTE VIRTUAL PARA PREVENÇÃO DE LESÕES EM CORREDORES DE RUA.....	51



Resumos

IMPACTO DOS JOGOS ELETRÔNICOS COMPETITIVOS NA SAÚDE DOS JOGADORES BRASILEIROS: SINTOMAS FÍSICOS, MENTAIS E O PAPEL DA ENFERMAGEM ESPORTIVA

E-SPORTS AND THE HOLISTIC HEALTH OF BRAZILIAN PLAYERS – PHYSICAL, MENTAL SYMPTOMS, AND THE ROLE OF SPORTS NURSING IN A CROSS-SECTIONAL STUDY

Eixo Temático: Epidemiologia do Exercício

Antonio Alves de Fontes-Júnior^{1*}, Camilla Freitas Lino de Andrade², Diego De Carvalho Tuber³,
Roberta Bachette Rodrigues¹, Teresa Cristina de Carvalho Piva⁴

RESUMO

Este estudo investiga os impactos dos jogos eletrônicos competitivos (*E-Sports*) sobre a saúde dos jogadores brasileiros, com foco nas consequências físicas, mentais e sociais, e o papel da enfermagem esportiva em intervenções preventivas. A pesquisa foi conduzida com 53 jogadores competitivos que responderam a um questionário online, abordando seus padrões de jogo e os impactos sobre a saúde física e mental. Os resultados indicaram a prevalência de sintomas físicos, como dores musculares, além de estresse e prejuízos acadêmicos. A enfermagem esportiva é destacada como essencial para o cuidado integral, promovendo a saúde física e mental dos jogadores. O estudo recomenda a implementação de intervenções preventivas voltadas para a saúde e bem-estar dos praticantes de *E-Sports*.

Palavras-chave: *E-Sports*, Enfermagem Esportiva, Sintomas Físicos, Saúde Mental, Saúde dos Jogadores.

ABSTRACT

This study investigates the impacts of competitive electronic gaming (*E-Sports*) on the health of Brazilian players, focusing on physical, mental, and social consequences, and the role of sports nursing in preventive interventions. The research was conducted with 53 competitive players who completed an online questionnaire addressing their gaming patterns and health impacts. Results showed the prevalence of physical symptoms such as muscular pain, in addition to stress and academic performance issues. Sports nursing is highlighted as essential for comprehensive care, promoting the physical and mental health of players. The study recommends the implementation of preventive interventions aimed at the health and well-being of *E-Sports* practitioners.

Keywords: *E-Sports*, Sports Nursing, Physical Symptoms, Mental Health, Health of Players.

¹ * Instituto de Ciências da Atividade Física e Esporte (ICAPE), Universidade Cruzeiro do Sul, São Paulo, SP, Brasil – antonio.junior88@cs.cruzeirodosul.edu.br

² UNISAUDE Educacional, Rio de Janeiro, RJ, Brasil

³ UNISAUDE Educacional, Rio de Janeiro, RJ, Brasil

⁴ Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, RJ, Brasil



INTRODUÇÃO

O crescente fenômeno dos jogos eletrônicos competitivos, conhecidos como *E-Sports*, tem atraído uma atenção significativa nos últimos anos. Estima-se que mais de 2,7 bilhões de pessoas ao redor do mundo participem ativamente de jogos eletrônicos, sendo uma parcela expressiva dessa população composta por jogadores competitivos, que praticam *E-Sports* de forma regular (LIANG *et al.*, 2025). Embora os *E-Sports* possam apresentar benefícios cognitivos, como o aprimoramento de habilidades de tomada de decisão, coordenação motora e raciocínio rápido, o uso excessivo dessa atividade está associado a diversos impactos negativos sobre a saúde física e mental dos jogadores (RAHUL *et al.*, 2025).

Estudos têm mostrado que os sintomas relacionados ao abuso de jogos eletrônicos podem incluir desde distúrbios físicos, como dores musculares e lesões repetitivas, até impactos mais profundos no bem-estar psicológico, como estresse, ansiedade e até depressão (COUTELLE *et al.*, 2024). No Brasil, a prática de *E-Sports* está em ascensão, especialmente entre jovens adultos, com destaque para a popularização de jogos como *League of Legends*, *Dota 2*, e *Counter-Strike*. Isso coloca uma pressão sobre os profissionais de saúde, especialmente a enfermagem esportiva, que desempenha papel fundamental no monitoramento e prevenção dos efeitos adversos dessa prática (SANTOS *et al.*, 2022).

Além disso, a enfermagem esportiva é uma área da saúde que tem sido cada vez mais reconhecida, especialmente após a aprovação da Resolução nº 581/2018 do Conselho Federal de Enfermagem (COFEN), que reconheceu as especialidades de enfermagem no esporte, incluindo a atuação no acompanhamento de atletas, *e-sports* players, entre outros (CONSELHO FEDERAL DE ENFERMAGEM, 2018). A enfermagem esportiva busca promover a saúde integral dos atletas, abordando tanto os aspectos preventivos quanto o tratamento das condições físicas e mentais relacionadas ao esporte, incluindo a adequação de regimes alimentares, exercícios físicos, e a redução do estresse (SOUZA; BATISTA; SILVA, 2023).

Portanto, com o aumento da popularidade dos *E-Sports*, há uma necessidade urgente de mais estudos que não apenas investiguem os efeitos dessa prática, mas que também ofereçam soluções baseadas em evidências para minimizar os impactos negativos, especialmente no que tange à saúde física e mental dos jogadores. Este estudo visa articular evidências científicas analisando as consequências do *E-Sports* sobre a saúde dos jogadores brasileiros, com especial ênfase nos sintomas físicos e no papel da enfermagem esportiva em proporcionar cuidados preventivos e de acompanhamento.

MÉTODOS

O estudo foi realizado com uma abordagem quantitativa, de natureza observacional e transversal, utilizando um questionário online autoaplicável. A amostra foi composta por 53 jogadores de *E-Sports*, maiores de 18 anos, que praticam jogos competitivos. O questionário incluiu questões sobre o perfil sociodemográfico, os padrões de prática de jogos e os impactos percebidos sobre a saúde física e mental, como dores musculares, estresse, e dificuldades acadêmicas. A coleta de dados ocorreu por meio da plataforma *Google Forms*, com divulgação em redes sociais e grupos de jogos. A análise estatística foi realizada com o *software* Jamovi (versão 2.6.44), utilizando estatísticas descritivas e testes de correlação para identificar possíveis associações entre as variáveis.



RESULTADOS

Os dados indicaram que 68% dos participantes eram do sexo masculino, com idades entre 18 e 30 anos. A maioria dos jogadores relatou praticar *E-Sports* de 4 a 6 horas diárias. Em relação aos sintomas físicos, 54,7% dos participantes relataram dores musculares frequentes, principalmente no pescoço e punhos, enquanto 45,3% relataram cansaço muscular.

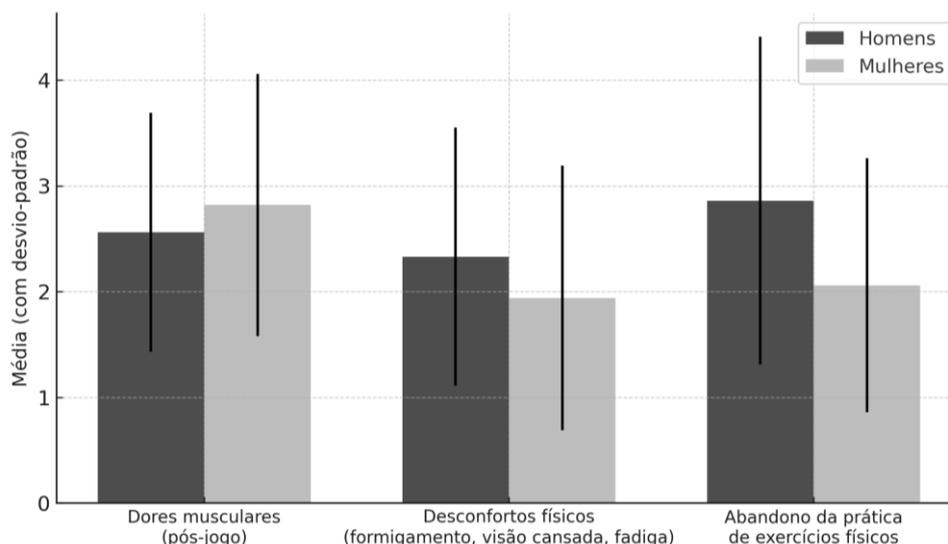
Em termos de impactos mentais, 40% indicaram níveis elevados de estresse competitivo, e 32,1% mencionaram dificuldades acadêmicas devido ao tempo gasto jogando. A análise dos dados mostrou que há uma correlação significativa entre o tempo de jogo diário e o aumento de sintomas físicos, como dores musculares e cansaço, além de uma correlação com os prejuízos acadêmicos.

Tabela 1. Comparação de Sintomas Físicos e Musculares entre Gêneros

Sintoma	Masculino (%)	Feminino (%)	p-valor
Dores no pescoço	45.3	25.0	0.123
Dores nos ombros	38.1	29.4	0.207
Dores nos punhos	52.8	35.3	0.011*
Dores nas costas	47.2	26.5	0.034*
Cansaço muscular	60.3	50.0	0.033*
Dores nas mãos	43.4	25.5	0.045*

Comparação entre os sintomas físicos e musculares relatados por jogadores de *E-Sports* do sexo masculino e feminino. O teste Mann-Whitney foi utilizado para comparação, com p-valor < 0,05 considerado significativo.

Figura 1. Frequência dos Principais Sintomas Físicos Relatados



Frequência dos sintomas físicos mais relatados por jogadores de *E-Sports*. Observa-se uma prevalência de dores no pescoço, punhos e costas, com destaque para o cansaço muscular. **Fonte:** Elaboração própria.



Resumos

DISCUSSÃO

Os resultados evidenciam que, apesar dos benefícios cognitivos e sociais associados ao *E-Sport*, há uma preocupação crescente com os impactos negativos sobre a saúde dos jogadores, particularmente os efeitos físicos, como dores musculares e cansaço, além de impactos mentais, como estresse e dificuldades acadêmicas. A literatura revisada aponta que o tempo excessivo de jogo pode desencadear ou agravar condições como o sedentarismo, o que impacta diretamente na saúde física (SANTOS *et al.*, 2022). A atuação da enfermagem esportiva é crucial neste contexto, uma vez que profissionais dessa área têm a capacidade de realizar intervenções preventivas e terapêuticas que promovem a saúde integral dos atletas. A literatura também destaca a necessidade de programas de intervenção focados em reduzir o estresse e melhorar o equilíbrio entre o tempo de jogo e a vida cotidiana dos jogadores (FANELLI *et al.*, 2023; PEREIRA *et al.*, 2023).

CONCLUSÃO

Este estudo demonstrou que os jogos eletrônicos competitivos têm um impacto significativo na saúde dos jogadores brasileiros, com sintomas físicos e mentais notáveis. A enfermagem esportiva emerge como uma área essencial no cuidado e monitoramento desses atletas, com potencial para desenvolver programas de intervenção preventiva que promovam um equilíbrio saudável entre o *E-Sport* e o bem-estar físico e mental. Futuras pesquisas devem explorar mais profundamente a implementação de estratégias de cuidado na prática da enfermagem esportiva, focadas na promoção da saúde e na redução dos efeitos adversos dos *E-Sports*.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Conselho Federal de Educação Física (CONFEF). **Resolução nº 581/2018**. Reconhece novas especialidades em enfermagem. Disponível em: <https://www.cofen.gov.br/cofen-aprova-novas-especialidades-em-enfermagem>. Acesso em: 17 jul. 2025.
2. Santos, J. C. de O. *et al.* Atuação do profissional de enfermagem esportiva: uma breve revisão. **Caderno de Educação Física e Esporte, Marechal Cândido Rondon**, v. 20, p. e-28253, 2022. DOI: 10.36453/cefe.2022.28253. Disponível em: <https://e-revista.unioeste.br/index.php/cadernoedfisica/article/view/28253>. Acesso em: 20 jul. 2025.
3. Pereira, A. M. *et al.* Perspectivas de jogadores e membros da equipe de eFootball sobre os efeitos dos eSports na saúde: um estudo qualitativo. **Sports Med Open**, v. 9, n. 62, 2023. DOI: 10.1186/s40798-023-00617-0. Disponível em: <https://sportsmedicine-open.springeropen.com/articles/10.1186/s40798-023-00617-0>. Acesso em: 17 jun. 2025.
4. Coutelle, R. *et al.* Problematic gaming, psychiatric comorbidities, and adolescence: A systematic review of the literature. **Addictive Behaviors**, v. 157, 2024. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/mdl-38901145>. Acesso em: 17 jun. 2025.
5. Liang, J.-H. *et al.* Prevalence and association between emotional and behavioral problems and gaming disorder in children and adolescents. **Journal of Psychiatric**



Resumos

Research, v. 188, p. 243-251, 2025. Disponível em:

<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/mdl-40460467>. Acesso em: 17 jun. 2025.

6. Rahul, R. *et al.* Impact of internet gaming disorder on mental well-being: prevalence and psychological distress among adolescents and young adults. **Psychiatry Research**, v. 349, p. 116512, 2025. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/mdl-40318564>. Acesso em: 17 jun. 2025.



ATUAÇÃO DA ENFERMAGEM DO ESPORTE NA PROMOÇÃO DA INCLUSÃO E SAÚDE INTEGRAL DE ATLETAS TRANSGÊNERO

SPORTS NURSING ROLE IN PROMOTING INCLUSION AND COMPREHENSIVE HEALTH OF TRANSGENDER ATHLETES

Eixo Temático: Atividade física e/ou de exercícios competitivos em grupos especiais

Antonio Alves de Fontes Junior^{2 1*}, Thiago de Freitas França², Diego de Carvalho Tuber³

RESUMO

A enfermagem do esporte destaca-se como campo fundamental para a promoção da saúde integral e inclusão de atletas transgênero, diante de desafios como exclusão, estigma e barreiras institucionais. Revisão integrativa de literatura, fundamentada em bases nacionais e internacionais, aponta que pessoas transgênero participam menos de esportes que pessoas cisgênero, sobretudo em contextos sem políticas inclusivas e preparo das equipes de saúde. As diretrizes internacionais (COI, FIMS/EFSMA) e referenciais antropológicos reforçam a importância do cuidado ético, acolhimento e respeito à corporeidade e identidade. O estudo conclui que a enfermagem do esporte, ao adotar práticas baseadas em evidências e abordagem interdisciplinar, é central para a transformação de ambientes esportivos em espaços de cidadania e saúde.

Palavras-chave: Enfermagem do Esporte; Transgênero; Inclusão; Saúde; Políticas esportivas.

ABSTRACT

Sports nursing stands out as a fundamental field for promoting comprehensive health and inclusion of transgender athletes, facing challenges such as exclusion, stigma, and institutional barriers. An integrative literature review, based on national and international sources, shows that transgender people participate less in sports than cisgender people, especially in contexts without inclusive policies and health team preparation. International guidelines (IOC, FIMS/EFSMA) and anthropological frameworks reinforce the importance of ethical care, welcoming, and respect for corporeality and identity. The study concludes that sports nursing, by adopting evidence-based and interdisciplinary practices, is central to transforming sports environments into spaces of citizenship and health.

Keywords: Sports Nursing; Transgender; Inclusion; Health; Sports Policies.

INTRODUÇÃO E FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A Enfermagem do Esporte consolida-se como área estratégica e multidisciplinar no cenário contemporâneo, destacando-se pelo papel central na promoção da saúde, prevenção

^{2 1*} Instituto de Ciências da Atividade Física e Esporte (ICAPE), Universidade Cruzeiro do Sul, São Paulo, SP, Brasil. * antonio.junior88@cs.cruzeirosul.edu.br

² Escola de Enfermagem Anna Nery, Rio de Janeiro, RJ, Brasil.

³ UNISAUDE Educacional, Rio de Janeiro, RJ, Brasil



Resumos

de lesões, reabilitação e inclusão social de atletas e praticantes de atividades físicas (CONFEEF, 2020). No contexto latino-americano, tal especialidade emerge em sintonia com desafios e transformações sociais, entre eles a necessidade de respostas éticas e científicas frente à crescente visibilidade de pessoas transgênero nos esportes. Embora o avanço normativo seja inegável, a inclusão plena dessas populações ainda é obstaculizada por barreiras institucionais, sociais e culturais, que se refletem em ambientes esportivos marcados por exclusão, estigma e discriminação (LIGHTNER et al., 2024; ESPINOZA et al., 2023; DUBON et al., 2018).

A literatura científica evidencia que pessoas transgênero participam de esportes em proporção significativamente menor que seus pares cisgênero, consequência de múltiplos fatores: preconceito, ausência de políticas afirmativas, inadequação de espaços (vestiários, banheiros, competições), e falta de preparo das equipes de saúde e esporte para lidar com a diversidade de gênero (LIGHTNER et al., 2024; ESPINOZA et al., 2023; JONES, 2017). Além disso, experiências de exclusão repercutem negativamente sobre saúde mental, autoestima, engajamento escolar e bem-estar psicológico desses indivíduos, especialmente entre adolescentes e jovens adultos (ESPINOZA et al., 2023; MALTBY & DAY, 2001).

Em resposta, organizações internacionais têm avançado na produção de diretrizes para promoção da justiça, inclusão e não discriminação no esporte, destacando-se o Consenso do Comitê Olímpico Internacional (COI, 2015) e a Declaração de Posição Conjunta da Federação Internacional de Medicina Esportiva (FIMS) e da Federação Europeia das Associações de Medicina Esportiva (EFSMA) (PIGOZZI et al., 2022). Tais normativas orientam critérios para participação de atletas transgênero, reconhecendo a identidade de gênero, mas também enfrentam críticas sobre o excesso de enfoque biomédico e a limitação de considerar apenas aspectos hormonais, sem abordar integralmente a dimensão psicossocial e simbólica do corpo.

Neste sentido, a antropologia da corporeidade, notadamente na obra de David Le Breton (2023), oferece aporte fundamental ao compreender o corpo como território de inscrição de sentidos, experiências, pertencimentos e resistências. Segundo o autor, o corpo não é apenas substrato biológico, mas construção biográfica e cultural — perspectiva que dialoga diretamente com as trajetórias de atletas transgênero, que buscam no esporte espaço de afirmação e pertencimento, muitas vezes em confronto com normas cisheteronormativas historicamente instituídas.

A Resolução CONFEEF nº 391/2020 reforça a importância da atuação multidisciplinar e ética da enfermagem esportiva, reconhecendo sua responsabilidade social na promoção de saúde integral, prevenção de agravos e defesa da cidadania. Assim, espera-se que o profissional de enfermagem do esporte, ao incorporar práticas baseadas em evidências, escuta qualificada e abordagem centrada na pessoa, seja agente transformador de ambientes esportivos em espaços de acolhimento, inclusão e respeito à diversidade.

Diante desse panorama, este estudo visa articular criticamente evidências científicas à luz da literatura e dos referenciais teóricos contemporâneos, os desafios e potencialidades da atuação da enfermagem do esporte na promoção da inclusão e saúde integral de atletas transgênero através de diretrizes normativas e perspectivas antropológicas do corpo.

MATERIAIS E MÉTODOS

Realizou-se uma revisão bibliográfica integrativa nas bases *Publication Medical of National Library of Medicine (Pubmed)*, *Scientific Electronic Library Open (SciELO)*, *Google Scholar* e *Public Library of Science One (PLoS One)*, entre maio e julho de 2025,



Resumos

utilizando os descritores “transgênero”, “atividade física”, “esporte”, “enfermagem esportiva”, “inclusão”, “LGBTQIA+ health” e equivalentes em inglês. Foram incluídos estudos publicados de 2015 a 2025, em português, inglês ou espanhol, abordando a interface entre pessoas transgênero, prática esportiva e práticas de saúde/enfermagem, incluindo revisões sistemáticas, estudos quantitativos e qualitativos, consensos internacionais, diretrizes normativas e referenciais teóricos. Após a aplicação dos critérios de elegibilidade, foram selecionados dez estudos/documentos principais para análise comparativa, com dados sintetizados em tabela descritiva. Complementarmente, foi elaborado um gráfico de barras ilustrando a participação esportiva de pessoas transgênero vs. cisgênero, conforme dados das principais revisões sistemáticas analisadas.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise crítica dos estudos selecionados revela convergência na identificação de múltiplas barreiras à participação esportiva de pessoas transgênero, incluindo estigma, discriminação, ausência de políticas inclusivas, dificuldades de acesso a vestiários, ambientes não acolhedores e lacunas na formação dos profissionais de saúde (LIGHTNER et al., 2024; ESPINOZA et al., 2023; DUBON et al., 2018; MALTBY & DAY, 2001). Os estudos também evidenciam impactos negativos na saúde mental, autoestima e adesão à atividade física, sobretudo entre adolescentes transgênero, público especialmente vulnerável à evasão esportiva e à exclusão social (ESPINOZA et al., 2023).

Diretrizes internacionais, como o Consenso do COI (2015) e a Declaração FIMS/EFSMA (PIGOZZI et al., 2022), buscam orientar práticas de inclusão, mas carecem de operacionalização efetiva, muitas vezes limitando-se à regulação biomédica (por exemplo, níveis hormonais) e negligenciando aspectos psicossociais e de cidadania. A literatura ressalta a necessidade de abordagem interdisciplinar, protocolos clínicos individualizados e educação continuada para equipes esportivas, com ênfase no acolhimento, respeito ao nome social, avaliação pré-participação sensível e suporte psicossocial (DUBON et al., 2018; PMC5357259; COI, 2015).

No campo teórico, Le Breton (2023) propõe que o corpo é linguagem, memória e resistência — perspectiva essencial para a construção de práticas de cuidado fundamentadas no respeito à singularidade das trajetórias trans e na valorização do corpo como território de inscrição de sentido. Os principais achados dos estudos/documentos analisados estão sintetizados na Tabela 1.

Tabela 1 – Principais estudos/documentos sobre pessoas transgênero, esporte e saúde/enfermagem

Autores (Ano)	Tipo de estudo	Objetivo principal	Resultados principais
Lightner et al. (2024)	Revisão sistemática	Analisar barreiras/facilitadores para atividade física em pessoas trans	Menor participação por fatores psicossociais e ambientes discriminatórios
Espinoza et al. (2023)	Estudo quantitativo transversal	Avaliar níveis de atividade física em adolescentes TGDQ	Participação reduzida e risco aumentado de problemas psicológicos
Pigozzi et al. (2022)	Declaração de posição internacional	Recomendar políticas de inclusão e justiça no esporte	Políticas esportivas devem ser equitativas e cientificamente embasadas
Dubon et al. (2018)	Revisão clínica	Avaliar cuidados médicos e esportivos para atletas trans	Necessidade de protocolos clínicos

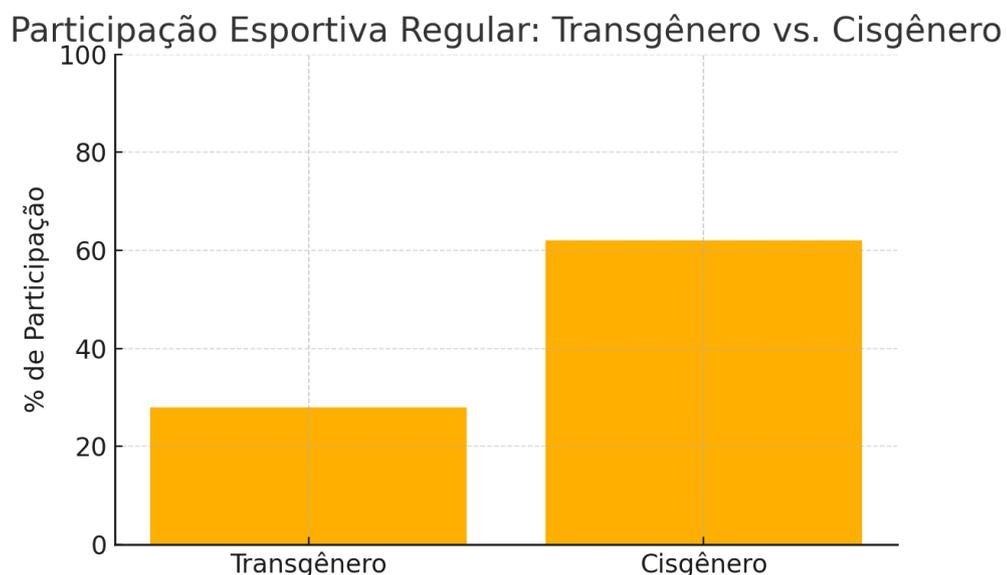


Resumos

Maltby & Day (2001)	Estudo quantitativo	Relacionar motivação ao exercício e bem-estar psicológico	específicos Exercício correlaciona-se positivamente ao bem-estar psicológico
COI (2015)	Consenso internacional	Definir diretrizes para participação esportiva de atletas trans e hiperandrogenismo	Critérios hormonais e tempos mínimos para participação
Jones (2017)	Revisão/Guia clínico	Considerações médicas em atletas transgênero	Abordagem multidisciplinar e importância do acolhimento
CONFED (2020)	Documento normativo nacional	Reconhecer atuação multidisciplinar da enfermagem do esporte no Brasil	Reforça papel da enfermagem em saúde, prevenção e inclusão
Le Breton (2023)	Referencial teórico (antropologia)	Discutir corpo e identidade na perspectiva simbólica e biográfica	Corpo como território de experiência, identidade e resistência
FIMS/EFSMA (2022)	Declaração internacional	Orientar justiça e não discriminação nos esportes	Reforça equidade, respeito à identidade de gênero e necessidade de revisão contínua das normativas

Principais estudos e documentos analisados sobre participação de pessoas transgênero no esporte e atuação da enfermagem esportiva, inclusão e políticas de saúde.

Figura 1 – Participação esportiva de pessoas transgênero vs. Cisgênero



Adaptado de Lightner et al. (2024) e Espinoza et al. (2023). Comparação da participação esportiva regular entre pessoas transgênero e cisgênero.

CONCLUSÃO

Os resultados desta revisão integrativa demonstram que, apesar dos avanços normativos e do reconhecimento internacional da diversidade de gênero no esporte, ainda persistem barreiras consideráveis à participação plena de pessoas transgênero. O papel da enfermagem do esporte é central na implementação de protocolos de cuidado clínico,



Resumos

acolhimento psicossocial, educação das equipes esportivas e promoção da cidadania, alinhando-se às melhores práticas internacionais e referenciais teóricos que valorizam o corpo como território de sentido, resistência e pertencimento. Recomenda-se a ampliação da formação específica em enfermagem esportiva para a inclusão de temas como diversidade de gênero, direitos humanos, saúde LGBTQIA+ e construção de ambientes seguros e inclusivos, fomentando pesquisas empíricas no contexto latino-americano e o aprimoramento contínuo das práticas assistenciais.

REFERÊNCIAS

1. COMITÊ OLÍMPICO INTERNACIONAL (COI). **Consenso sobre redesignação sexual e hiperandrogenismo**. Disponível em: <https://www.olympic.org>. Acesso em: 21 jul. 2025.
2. CONFEF. Resolução nº 391/2020. **Conselho Federal de Educação Física**. Disponível em: <https://www.confef.org.br>. Acesso em: 21 jul. 2025.
3. DUBON, M. E.; ABBOTT, K.; CARL, R. L. Care of the transgender athlete. **Current Sports Medicine Reports**, v.17, n.12, p.410-418, 2018.
4. ESPINOZA, S. M. et al. Esporte e atividade física entre adolescentes transgêneros, de gênero diverso e questionadores. **Journal of Adolescent Health**, v.72, n.2, p.303-306, 2023.
5. JONES B. A. et al. Sport and Transgender People: A Systematic Review of the Literature Relating to Sport Participation and Competitive Sport Policies. **Sports Med.** v. 47, n. 4, p. 701-716, 2017. doi: 10.1007/s40279-016-0621-y. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC5357259/>. Acesso em: 20/07/2025.
6. LE BRETON, D. **Corpo, sentido e identidade: Antropologia da corporeidade**. Trabalho de Graduação em Antropologia, 2023.
7. LIGHTNER, J. S. et al. Atividade física entre indivíduos transgêneros: uma revisão sistemática de estudos quantitativos e qualitativos. **PLoS One**, v.19, n.2, e0297571, 2024.
8. MALTBY, J. & DAY, L. A relação entre os motivos para o exercício e o bem-estar psicológico. **Journal of Psychology**, v.135, n.6, p.651-660, 2001.
9. PIGOZZI, F. et al. Declaração de posição conjunta da FIMS e EFSMA sobre justiça, inclusão e não discriminação. **BMJ Open Sport & Exercise Medicine**, v.8, n.1, e001273, 2022.



DINÂMICA INTEGRATIVA COMO ESTRATÉGIA DE CUIDADO A PESSOAS COM TRANSTORNO RELACIONADO AO USO DE SUBSTÂNCIAS: RELATO DE EXPERIÊNCIA***INTEGRATIVE DYNAMICS AS A CARE STRATEGY FOR PEOPLE WITH SUBSTANCE USE DISORDER: EXPERIENCE REPORT*****Eixo Temático 4: Atividade física e/ou de exercícios competitivos em grupos especiais**

Paulo Vitor da Silva Cavalcanti^{3,1}, Leticia Ramos Alves¹, Renata Maria Lopes Chô¹, Vicente Lopes Antônio¹, Jennara Cândido do Nascimento¹

RESUMO

A dinâmica integrativa foi realizada com residentes de uma unidade de acolhimento adulto durante prática assistida. A atividade teve como objetivo promover momentos de interação, fortalecimento da autoestima, incentivo ao autocuidado e ao bem-estar emocional por meio de uma abordagem lúdica, criativa e terapêutica. A proposta foi organizada em quatro etapas, contemplando cooperação em grupo, reflexão individual e mensagens de valorização pessoal. Participaram 12 residentes, e a maioria demonstrou envolvimento ativo. Apesar de alguns desafios, como limitações físicas, dúvidas quanto às regras e efeitos adversos de medicações, a intervenção foi bem recebida pelos participantes. O ambiente tornou-se mais descontraído e acolhedor, favorecendo a expressão de sentimentos, o fortalecimento de vínculos e o senso de pertencimento ao grupo. A atividade também se mostrou um espaço potente para escuta ativa, acolhimento empático e promoção da autonomia, contribuindo para a quebra da rigidez institucional frequentemente presente em serviços de saúde mental. A experiência reforça a importância de práticas criativas, coletivas e humanizadas no cuidado em saúde mental, além de contribuir significativamente para a formação dos estudantes envolvidos, ampliando sua compreensão sobre o cuidado centrado no sujeito e os desafios da atuação interprofissional em contextos complexos.

Palavras-chave: Saúde Mental, Atividades terapêuticas, Dependentes químicos

ABSTRACT

The integrative dynamics was carried out with residents of an adult care unit during assisted practice. The activity aimed to promote interaction, strengthen self-esteem, encourage self-care, and enhance emotional well-being through a playful, creative and therapeutic approach. The proposal was structured into four stages, involving group cooperation, individual reflection, and messages of self-appreciation. Twelve residents participated, most of whom were actively engaged. Despite some challenges - such as physical limitations, confusion regarding the rules, and side effects of medications - the intervention was well received by the participants. The environment became more relaxed and welcoming, fostering the expression of emotions, the strengthening of bonds, and a sense of belonging within the group. The activity also proved to be a powerful space for listening active,

^{3 1} Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira – UNILAB, Rio de Janeiro, RJ



Resumos

acceptance empathetic, and promoting autonomy, contributing to breaking the institutional rigidity often present in mental health care settings. This experience reinforces the importance of creative, collective, and humanized practices in mental health care. Furthermore, it contributed significantly to the training of the nursing students involved, expanding their understanding of person-centered care and the challenges of interprofessional action in complex contexts.

Keywords: Mental Health, Therapeutic activities, Drug addicts

INTRODUÇÃO

O uso de substâncias psicoativas é uma prática presente nas sociedades humanas desde os tempos mais remotos. No entanto, assim como a própria civilização, esse fenômeno não permanece estático: ele evolui e se transforma em consonância com as mudanças sociais, culturais e econômicas. Dessa maneira, o consumo dessas substâncias se moderniza acompanhando o ritmo da sociedade, o que explica por que a natureza e as motivações por trás desse uso na contemporaneidade diferem significativamente das razões históricas. Se no passado o uso dessas substâncias era frequentemente associado a rituais místicos, religiosos ou medicinais, hoje elas aparecem em diferentes contextos — recreativo, compulsivo, terapêutico — revelando a complexidade do fenômeno (SANTOS; LOURENÇO; LEMOS, 2020).

Entretanto, embora o uso de substâncias psicoativas esteja presente em praticamente toda a história da humanidade, foi somente em tempos recentes que essa prática passou a ser alvo de maior preocupação pública. Atualmente, o consumo dessas substâncias tem ganhado destaque no debate social, sendo visto como um problema que afeta não apenas a saúde individual, mas também a saúde coletiva. Essa complexa questão tem se tornado objeto de acalorados debates nos mais diversos campos, desde a política até o meio acadêmico (FERREIRA *et al.*, 2017), evidenciando o impacto coletivo da dependência química. Deixando para trás suas origens simbólicas e rituais, o uso de substâncias passou a ser uma prática rotineira, muitas vezes ligada à busca por alívio emocional, prazer ou fuga de conflitos, o que tem gerado, em muitos indivíduos, quadros graves de dependência química — uma problemática que repercute diretamente na saúde pública (SILVA *et al.*, 2021).

A dependência química é um fenômeno multifacetado, atravessado por dimensões sociais, psicológicas, políticas e culturais. Ela é mais prevalente entre os jovens e adolescentes, sendo frequentemente desencadeada por fatores ambientais e sociais, como a influência de familiares, pares e comunidades (SILVA *et al.*, 2021).

Diante desse cenário, destaca-se a importância do cuidado em saúde mental como ferramenta essencial para acolher e tratar sujeitos que enfrentam esse tipo de dependência. A saúde mental é um dos pilares fundamentais para o bem-estar individual e coletivo, sendo reconhecida pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como mais do que a simples ausência de transtornos mentais. Trata-se de um estado de equilíbrio que permite às pessoas lidar com os desafios da vida, desenvolver suas habilidades, manter boas relações e contribuir com a comunidade. Essa condição existe em um contínuo subjetivo que varia de pessoa para pessoa, com diferenças importantes quanto ao sofrimento psíquico e seus desfechos (OMS, 2022).

No Brasil, a atenção à saúde mental está organizada por meio da Rede de Atenção Psicossocial (RAPS), instituída pela Portaria nº 3.088, de 23 de dezembro de 2011, como parte integrante do Sistema Único de Saúde (SUS). A RAPS é responsável por articular



Resumos

serviços e ações voltadas ao cuidado de pessoas com sofrimento psíquico, incluindo aquelas com necessidades decorrentes do uso prejudicial de álcool e outras drogas. Trata-se de um conjunto articulado de pontos de atenção à saúde, voltados para o cuidado integral e contínuo dos usuários, considerando os diversos níveis de complexidade. Entre esses pontos estão os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS), que desempenham um papel fundamental na promoção da saúde mental comunitária, com base na atuação multiprofissional, humanizada e territorializada (BRASIL, 2011).

Nesse contexto, o enfermeiro assume um papel de extrema relevância, contribuindo para o cuidado integral e humanizado dos usuários. Sua atuação não se restringe à administração de medicamentos, mas abrange também atividades terapêuticas, educativas e de vínculo, fundamentais para a promoção da autonomia e da cidadania. É nesse espaço que se revela a importância de estratégias complementares às práticas convencionais de tratamento, entre elas a atividade física. Assim, a atuação da enfermagem em saúde mental ultrapassa a dimensão técnica, envolvendo também escuta qualificada, construção de vínculos e mediação de espaços terapêuticos que permitam ao usuário expressar suas subjetividades e desenvolver sua autonomia (SANTOS *et al.*, 2022). Para que isso ocorra de forma efetiva, é imprescindível o fortalecimento da formação em enfermagem na área de saúde mental, incluindo não apenas os conhecimentos sobre os transtornos relacionados ao uso de substâncias, mas também sobre os potenciais benefícios de práticas como a atividade física. De acordo com a nova resolução COFEN nº 736/2024 (2024), utiliza-se o termo Processo de Enfermagem para descrever o método que direciona nosso pensamento e julgamento para o cuidado do indivíduo, família, coletividade e grupos especiais. Dessa forma, o processo de enfermagem trata-se de um instrumento essencial para garantir um cuidado individualizado, estruturado e eficaz, mesmo em atividades de caráter coletivo, permitindo ao profissional planejar, executar e avaliar intervenções com base nas necessidades reais dos usuários, contribuindo para a segurança, a continuidade e a qualidade do cuidado.

Neste cenário, o presente relato de experiência tem como foco a realização de uma dinâmica lúdico-terapêutica intitulada “Bolinhas da Calma e Autoestima”. A proposta foi pensada como estratégia de engajamento dos residentes em situação de acolhimento, com o objetivo de estimular a comunicação, fortalecer a autoestima e promover momentos de convivência e leveza no ambiente institucional — elementos essenciais para o cuidado em saúde mental e para a redução da rigidez dos serviços. A escolha dessa atividade como objeto do relato se justifica por sua relevância pedagógica e terapêutica. A vivência prática no território e a observação direta dos efeitos das intervenções não farmacológicas permitiram refletir sobre a importância de estratégias criativas, acolhedoras e centradas na subjetividade dos usuários.

Além disso, experiências como essa contribuem de maneira significativa para a formação de estudantes de enfermagem, ao ampliar sua compreensão sobre a complexidade da saúde mental, a integralidade do cuidado e os desafios da atuação interprofissional no âmbito do SUS. Dessa forma, este trabalho busca relatar e refletir criticamente sobre a experiência vivenciada, valorizando os aspectos humanos do cuidado e a potência das intervenções em grupo como ferramentas de promoção da saúde mental, inclusão social e ressignificação do sofrimento psíquico.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo, com abordagem qualitativa, do tipo relato de



Resumos

experiência, sobre uma atividade lúdico-terapêutica com pessoas em reabilitação psicossocial, devido ao uso abusivo de substâncias, realizado durante prática assistida. A dinâmica foi proposta e elaborada pelo grupo de prática assistida e teve participação voluntária de 12 residentes, adultos de diferentes idades e gêneros, acolhidos na instituição, onde o convite para a participação da prática foi feito à todos os 17 pacientes que se encontravam internados na unidade, entretanto 5 pacientes não se interessaram em participar.

A proposta foi dividida em quatro momentos interativos, integrando dinâmicas leves, expressão emocional e valorização pessoal, com o objetivo de estimular a interação social, a autoestima e o autocuidado. Inicialmente, os participantes foram organizados em dois grupos, dispostos em filas, com uma integrante da equipe à frente de cada uma segurando uma sacola. Bolas coloridas foram espalhadas no chão, e ao sinal, um integrante de cada grupo corria, pegava uma bola e a colocava na sacola do grupo, retornando ao final da fila. Vencia a equipe que reunisse o maior número de bolas.

Na segunda etapa, cada participante sorteava uma bola colorida e respondia a uma pergunta correspondente à cor, abordando temas como autoestima, sentimentos e reflexões pessoais. A terceira etapa repetiu a competição entre os grupos, agora com maior familiaridade com as regras e maior interação entre os participantes.

A atividade foi finalizada com um momento simbólico: todos formaram uma única fila, pegaram uma bola, expressaram uma mensagem positiva a si mesmos (como um elogio ou desejo) e a lançaram em uma sacola, representando o acolhimento das próprias emoções.

A dinâmica foi planejada considerando as condições do público, como o sedentarismo, efeitos de medicamentos e a ausência de rotina de atividades físicas na instituição. Buscou-se garantir uma experiência acessível, acolhedora e significativa, respeitando os limites e o ritmo dos participantes.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A prática de atividade física é reconhecidamente uma ferramenta eficaz para a promoção da saúde integral. Seus benefícios atuam tanto por mecanismos diretos — como a melhoria da composição corporal, a redução dos níveis de colesterol e o aumento da capacidade cardiorrespiratória — quanto por mecanismos indiretos, que impactam positivamente o estado emocional e o bem-estar psicológico. Esses efeitos incluem, por exemplo, a elevação da autoestima, a sensação de prazer e a redução de sintomas depressivos (FERREIRA *et al.*, 2016), sendo associados à liberação de substâncias que regulam o humor e à inserção do sujeito em contextos sociais saudáveis. A atividade física pode ser compreendida como o conjunto de movimentos corporais voluntários que geram gasto energético superior ao repouso, promovendo, além da saúde física, interações com o ambiente e com outras pessoas (BRASIL, 2021).

No caso de pessoas com necessidades decorrentes do uso de álcool e outras drogas, a atividade física surge como uma estratégia terapêutica potente, por se diferenciar das abordagens tradicionais. Ela atua como um instrumento de inclusão social, favorecendo a autoestima, o autocuidado e a reintegração social dos pacientes (SANTOS; LOURENÇO; LEMOS, 2020). Um dos aspectos mais relevantes é o fato de que a atividade física promove a liberação de endorfina, neurotransmissor responsável por sensações de prazer e bem-estar, similares às que os pacientes buscam através do uso de substâncias psicoativas (ARAÚJO, 2014). Nesse sentido, os exercícios aeróbicos de caráter recreativo, especialmente quando praticados em grupo, têm se mostrado eficazes no tratamento da dependência química



Resumos

(SILVA *et al.*, 2021). Sessões consecutivas de atividade física podem auxiliar significativamente no processo de recuperação, quando integradas às demais terapias oferecidas pelos serviços, como a psicoterapia e o uso racional de medicamentos (SANTOS; LOURENÇO; LEMOS, 2020).

Entre aqueles que participaram existiam pessoas de várias idades, desde os mais jovens (mas acima de 18 anos), aos mais velhos, além de a unidade ser mista, aceitando tanto homens quanto mulheres. Optou-se por essa modalidade de atividade por ser uma forma fácil e rápida de integrar os participantes, mas também devido o grupo ser sedentário, o que indicava limitações funcionais que poderiam interferir em diferentes níveis na realização de atividades mais complexas e com elevada demanda física. Isso vai de acordo ao estudo de Araújo (2014), que ressalta a importância de introduzir a atividade física nos tratamentos desses pacientes de forma gradual, levando em consideração que geralmente esses pacientes se encontram numa situação de sedentarismo total.

Inicialmente, a mesa do espaço de lazer dos pacientes foi deslocada, a fim de dar mais espaço para que a dinâmica pudesse ocorrer de maneira satisfatória, permitindo uma livre mobilidade dos participantes durante a competição. Em seguida, as regras da dinâmica foram devidamente explicadas de forma clara e objetiva, garantindo que a dinâmica começasse apenas quando todos demonstrassem que haviam entendido. Na primeira etapa, os participantes dividiram-se em duas equipes, dispostas em fila, cada uma com uma sacola. Bolinhas coloridas foram espalhadas no chão, e, ao sinal, o primeiro de cada fila deveria pegar uma bolinha e colocá-la em sua sacola. Ambas as equipes terminaram com o mesmo número de bolinhas, resultando em empate. Durante essa fase, observou-se que uma das participantes caiu, possivelmente devido a efeitos adversos de medicamentos, como sonolência (SILVA; RICARDI, 2022). Alguns participantes demonstraram confusão sobre as regras, enquanto outros enfrentaram dificuldades por limitações físicas. Apesar disso, os pacientes expressaram satisfação com a atividade, que representou uma quebra na rotina das terapias convencionais.

Na segunda etapa, cada participante sorteou uma bolinha colorida e respondeu a uma pergunta ou desafio correspondente à cor. Todos se engajaram voluntariamente, embora alguns tenham precisado de mais tempo para elaborar suas respostas, que variaram em complexidade. Na terceira etapa, repetiu-se a dinâmica inicial, mas com maior compreensão das regras. No entanto, alguns residentes confundiram as sacolas, depositando bolinhas no time adversário, e houve tentativas de trapaça, prontamente corrigidas pela equipe. Ao final, uma equipe acumulou 17 bolinhas, contra 13 da outra.

Com base nos relatos autorreferidos pelos participantes, a qualidade de vida percebida estava prejudicada devido ao uso de substâncias psicoativas. Esse resultado vai de acordo com os estudos de Santos, Lourenço e Lemos (2020) mostrando que pacientes em recuperação devido ao uso de substâncias psicoativas apresentam percepção comprometida em relação a sua qualidade de vida. Também foram relatadas dificuldades no âmbito das relações pessoais e no campo psicológico. Esses resultados nos mostram como o uso de substâncias é capaz de interferir em todas as esferas da vida de uma pessoa, sendo nítidas as consequências negativas nas relações entre familiares e no trabalho (FERREIRA *et al.*, 2016), evidenciado a alta complexidade destes pacientes que requerem diversas intervenções, de uma equipe de vários profissionais, para ter uma qualidade de vida satisfatória.

Em relação a saúde física dos pacientes, percebeu-se que todos estavam acima do peso com acúmulo de gordura em excesso na região abdominal. Os participantes afirmaram não praticar atividade física regular no contexto do internamento devido à falta de espaço adequado à realização de atividades ao ar livre, ausência de equipamentos adequados e falta



Resumos

de profissionais especialistas para a prescrição e supervisão dessas atividades. Deste modo, a recreação disponível é resumida ao acesso à televisão e aos jogos de tabuleiro.

Em relação à alimentação, é servida pela própria unidade, sendo elaborada por nutricionista de acordo com as necessidades diárias de cada paciente. Os participantes afirmaram que, durante o período em que usavam substâncias psicoativas, houve prejuízo do autocuidado, devido a sua atenção estar direcionada à obtenção e ao consumo contínuo da substância, negligenciando totalmente as necessidades básicas. Esta mesma situação é apontada pelo trabalho de Silva *et al* (2021), onde afirma que o uso de substâncias causa no

usuário um esgotamento tanto físico quanto emocional, além de tornarem os usuários totalmente relaxados com os cuidados acerca da própria saúde, apenas se importando no prazer que o uso da substância pode trazer sem se importar com os maus que a mesma causa. Além disso, Santo, Lourenço e Lemos (2020) afirmam que a droga vira uma prioridade na vida das pessoas de tal forma que acaba por torná-las sedentárias por não conciliarem o abuso de drogas com a atividade física. Entretanto apesar de as atividades não exigirem muito do físico dos pacientes no início, sua implementação possui diversos benefícios à saúde dos mesmos, sendo o destaque à saúde mental dos pacientes, por saírem da rotina de atividades monótonas e estarem interagindo uns com os outros, Santo, Lourenço e Lemos (2020) apontam que não há necessidade de se pensar inicialmente na manutenção de parâmetros fisiológicos, desta forma a atividade física para esses pacientes pode ser praticada de maneiras recreativa.

Para encerrar, os participantes formaram uma fila única, onde cada um pegou uma bolinha, fez um autorreconhecimento (como um elogio ou mensagem positiva) e a lançou em uma sacola segurada por um monitor. Essa etapa transcorreu sem dificuldades. Ao final da dinâmica, os residentes demonstraram alegria e satisfação, resultado que corrobora estudos como o de Castillo-Viera *et al* (2022), os quais destacam os benefícios da atividade física na melhora do humor e no bem-estar psicossocial. A atividade evidenciou, ainda, a importância de estratégias lúdicas para promover engajamento terapêutico em populações com vulnerabilidades clínicas e sociais, reforçando a relevância de intervenções criativas no contexto da saúde mental.

CONCLUSÃO

A dinâmica realizada em uma unidade de acolhimento adulto mostrou-se uma estratégia eficaz para promover interação social, estimular a participação ativa dos indivíduos e proporcionar momentos de leveza e descontração no cotidiano institucional entre os residentes. A iniciativa contribuiu significativamente para o bem-estar psicossocial dos participantes, favorecendo vínculos e a construção de um ambiente mais harmônico e acolhedor. Apesar das dificuldades observadas, como confusão em relação às regras, limitações físicas e efeitos adversos de medicamentos, a receptividade foi positiva, evidenciando a importância de adaptar intervenções lúdicas às particularidades dessa população. O engajamento voluntário dos participantes, mesmo diante de desafios, reforça a pertinência de metodologias que fogem do formato tradicional de terapia em grupo, tornando o processo terapêutico mais dinâmico e acessível.

Por fim, a experiência destacou a necessidade de flexibilidade e criatividade nas intervenções em saúde mental, especialmente em serviços de acolhimento transitório, onde os usuários enfrentam múltiplas vulnerabilidades. A utilização de estratégias lúdicas pode ser um valioso recurso para fortalecer vínculos, estimular a autoestima e facilitar a adesão ao tratamento, reforçando o papel da equipe multiprofissional na construção de práticas



Resumos

terapêuticas mais humanizadas e inclusivas.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, Murilo Pereira de. **Os efeitos psicológicos da atividade física nos cuidados de dependentes químicos**. 2014. 27 f. Trabalho de conclusão de curso (bacharelado - Educação Física) - Universidade Estadual Paulista, Instituto de Biociências de Rio Claro, 2014.

BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria nº 3.088, de 23 de dezembro de 2011. Institui a Rede de Atenção Psicossocial para pessoas com sofrimento ou transtorno mental e com necessidades decorrentes do uso de crack, álcool e outras drogas, no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS). Diário Oficial da União, Brasília, DF, 26 dez. 2011. Disponível em: https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2011/prt3088_23_12_2011_rep.html. Acesso em: 20, mai. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Guia de Atividade Física para a População Brasileira. Brasília: Ministério da Saúde, 2021. Disponível em: https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_atividade_fisica_populacao_brasileira.pdf. Acesso em: 20, mai. 2025.

CASTILLO-VIERA, Estefanía; GAGO-VALIENTE, Francisco-Javier; GIMÉNEZ-FUENTES-GUERRA, Francisco-Javier; ABAD-ROBLES, Manuel-Tomás; MORENO-SÁNCHEZ, Emilia. Physical Activity Programmes in the Treatment of Addictions: a systematic review. **Applied Sciences**, [S.L.], v. 12, n. 18, p. 9117, 10 set. 2022. MDPI AG. <http://dx.doi.org/10.3390/app12189117>.

COFEN. Conselho Federal de Enfermagem. Resolução COFEN no 736/2024. Dispõe sobre a implementação do Processo de Enfermagem em todo contexto socioambiental onde ocorre o cuidado de enfermagem. Brasília, DF: COFEN, 2024. Disponível em: <https://www.cofen.gov.br/resolucao-cofen-no-736-de-17-de-janeiro-de-2024/>. Acesso em: 19 maio 2025.

DOS SANTOS, A. V.; LOURENÇO, M.; LEMOS, G. ATIVIDADE FÍSICA COMO PRINCIPAL ALIADA NO TRATAMENTO DE DEPENDENTES QUÍMICOS EM RECUPERAÇÃO. **Revista Brasileira de Reabilitação e Atividade Física**, [S. l.], v. 9, n. 1, p. 63–70, 2022. Disponível em: <https://estacio.periodicoscientificos.com.br/index.php/rbraf/article/view/718>. Acesso em: 4 jul. 2025.

FERREIRA, Sionaldo Eduardo; SANTOS, Anny Kalinne de Melo dos; OKANO, Alexandre Hideki; GONÇALVES, Bruno da Silva Brandão; ARAÚJO, John Fontenele. Efeitos agudos do exercício físico no tratamento da dependência química. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, [S.L.], v. 39, n. 2, p. 123-131, abr. 2017. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1016/j.rbce.2016.01.016>.

SANTOS, Iule Eulálio dos; RIGUEIRO, Nilo Miguel Rocha; GONWENGER, Rafaela Gonçalves; BAPTISTA, Andréia Salvador; LOURO, Caroline Ribeiro; ALBUQUERQUE, Igor Gomes. ATUAÇÃO DA EQUIPE DE ENFERMAGEM NO TRATAMENTO DE



Resumos

USUÁRIOS DEPENDENTES QUÍMICOS. **Revista Saúde em Foco**, Peruíbe, p. 263-276, 2022.

SILVA, Felipe Cardoso DA; RICARDI, Evandro dos Santos. USO TERAPÊUTICO DE ANTIDEPRESSIVOS NO ABUSO DE SUBSTÂNCIAS PSICOATIVAS. **Revista Científica**

Unilago, [S. l.], v. 1, n. 1, 2022. Disponível em:

<https://revistas.unilago.edu.br/index.php/revista-cientifica/article/view/593>. Acesso em: 20

mai. 2025.

SILVA, G. M. da; GOBATO, J. C.; JUNIOR, E. V. L.; NERY, S. de S. O efeito exercício físico no processo de tratamento de indivíduos com dependência química / The effect physical exercise on the process of treating individuals with chemical dependence.

Brazilian Journal of Health Review, [S. l.], v. 4, n. 4, p. 16005–16021, 2021. DOI: 10.34119/bjhrv4n4-126. Disponível em:

<https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/33640>. Acesso em: 4 jul. 2025.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). Mental health: strengthening our response. Genebra: WHO, [s.d.]. Disponível em:

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>. Acesso em: 20, mai. 2025.



**MORFOLOGIA E CAPACIDADES FÍSICAS DE ATLETAS DE JIU-JITSU
BRASILEIRO: UMA REVISÃO NARRATIVA*****MORPHOLOGY AND PHYSICAL CAPABILITIES OF BRAZILIAN JIU-JITSU
ATHLETES: A NARRATIVE REVIEW*****Eixo Temático 1 - Fisiologia do exercício**

**Maria Eduarda Ferreira de Sousa^{4 1}, Maria Ravele Lima Chagas¹, Paulo Vitor da Silva Cavalcanti¹,
Francisco Wermeson Alves da Silva¹, Andréina Abigail Queiroz Santana¹, Antonio Wanderson Lima
da Silva¹, Jennara Cândido do Nascimento¹**

RESUMO

Podemos considerar que as lutas, especialmente o Jiu-Jitsu brasileiro, são relevantes por envolverem riscos de lesões e contribuírem para o desenvolvimento psicomotor, sendo importante discutir o perfil morfológico e as capacidades físicas dos praticantes. Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, a busca foi feita em junho de 2025, utilizando-se a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) como principal base de dados. Dos 132 artigos encontrados, apenas 6 foram selecionados por atenderem aos critérios do estudo. Os resultados mostraram que atletas de jiu-jitsu têm baixo percentual de gordura corporal, predominância do biotipo mesomorfo e diferenças físicas conforme a luta. Demonstraram também alto desempenho em força, especialmente nos membros inferiores, e boa flexibilidade. Alterações posturais foram observadas, mas sem relação com dor. Metabolicamente, houve aumento de lipídios após o combate, indicando alta demanda energética, o que destaca a importância de estratégias de recuperação e nutrição adequadas. Portanto, torna-se relevante incentivar novas pesquisas que ampliem o cuidado não apenas com foco nas lesões decorrentes do jiu-jitsu, mas também na compreensão dos diferentes aspectos físicos e funcionais dos atletas, promovendo avanços na ciência do esporte e na promoção da saúde dos praticantes.

Descritores: Artes Marciais, Aptidão Física, Jiu-Jitsu Brasileiro.

ABSTRACT

We can consider that fighting, especially Brazilian Jiu-Jitsu, is relevant because it involves the risk of injuries and contributes to psychomotor development, and it is important to discuss the morphological profile and physical capabilities of practitioners. This is a narrative review of the literature, the search was carried out in June 2025, using the Virtual Health Library (VHL) as the main database. Of the 132 articles found, only 6 were selected because they met the study criteria. The results showed that jiu-jitsu athletes have a low percentage of body fat, predominance of mesomorphic and physical differences according to the fight. They also demonstrated high strength performance, especially in the lower limbs, and good flexibility. Postural changes were observed, but unrelated to pain. Metabolically, there was an increase in lipids after the fight, indicating high energy demand, which highlights the importance of adequate recovery and nutrition strategies. Therefore, it is important to encourage new research that expands care not only focusing on injuries

⁴ Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira – UNILAB, Rio de Janeiro, RJ



Resumos

resulting from jiu-jitsu, but also on understanding the different physical and functional aspects of athletes, promoting advances in sports science and promoting the health of practitioners.

Keywords: Martial Arts, Physical Fitness, Brazilian Jiu-Jitsu.

INTRODUÇÃO

As atividades de lutas, artes marciais e esportes de combate têm ganhado crescente destaque no âmbito esportivo, tanto pela sua popularização quanto pela sua relevância no cenário de alto rendimento. Essas modalidades não apenas exigem elevado desempenho físico e técnico, mas também desempenham um papel significativo no desenvolvimento psicomotor dos praticantes, contribuindo para o aprimoramento de habilidades como coordenação, equilíbrio, agilidade e tempo de reação (REIS; MACHADO FILHO; SOARES, 2020). No entanto, a alta intensidade e o contato físico inerentes a essas práticas as tornam suscetíveis a lesões, o que demanda estratégias especializadas de treinamento e reabilitação para garantir a segurança e a longevidade dos atletas. Nesse contexto, pesquisas na área da motricidade humana têm se dedicado a investigar métodos eficazes para a prevenção e recuperação de lesões em esportes de combate (SILVA *et al.*, 2020).

Com raízes no Japão o Jiu-Jitsu é considerado uma arte marcial e esporte de combate caracterizado por imobilizações, pressões, estrangulamentos, alavancas articulares e técnicas de luta no solo. O Jiu-jitsu é uma arte marcial que utiliza o próprio corpo enquanto arma de combate. Por meio de chaves articulares, imobilizações, projeções e rolamentos, o artista marcial pode lutar e se defender. Na antiguidade, conflitos entre clãs e aldeias eram comuns na necessidade por conquistas de terras e outras riquezas. Com o passar dos anos a arte marcial foi aprimorada. Silva *et al.*, (2012) sustentam a ideia de que o Jiu-jitsu foi adaptado e integralizado no Brasil por Hélio Gracie se tornando o Jiu-Jitsu Brasileiro (do inglês, *Brazilian Jiu-Jitsu*).

A referida modalidade de combate esportivo, pode ser praticada em duas diferentes vertentes, sendo elas: o tradicional, com o uso de *Kimono* e o *No-Gi*, praticado sem o *Kimono*. Para melhor conhecimento do esporte e o seu melhor desenvolvimento em competições, existem sistemas de graduação, regras, pontuação, calendário de eventos, torneios, assim como outras informações relacionadas à modalidade, são administradas por ligas, agremiações, federações e confederações. No Brasil encontramos uma entidade máxima, a Confederação Brasileira de Jiu-Jitsu e a nível internacional o International Brazilian Jiu-Jitsu Federation. (NASCIMENTO *et al.*, 2024)

Apesar do crescente interesse científico por essas modalidades, observa-se uma disparidade na distribuição das pesquisas, com uma predominância de estudos focados no jiu-jitsu. Grande parte desses trabalhos limita-se a discutir a epidemiologia das lesões e a importância do treinamento como ferramenta de prevenção e reabilitação (SILVA *et al.*, 2019). Embora esses aspectos sejam cruciais, é necessário ampliar o escopo das investigações para abranger outros fatores determinantes, como as características morfológicas dos atletas, as demandas fisiológicas específicas da modalidade e os aspectos psicológicos envolvidos na prática competitiva. Embora esses aspectos sejam cruciais, é necessário ampliar o escopo das investigações para que os profissionais da equipe multidisciplinar esportiva tenham o domínio de outros fatores determinantes à prática do esporte por esses atletas, como as características morfológicas dos atletas, as demandas



Resumos

fisiológicas específicas da modalidade e os aspectos psicológicos envolvidos na prática competitiva. Em relação à enfermagem, responsável por ofertar cuidado ao indivíduo em seu ciclo de vida (SANTOS *et al.*, 2022), há a especialização reconhecida pelo COFEN da Enfermagem do Esporte, tendo como foco o desenvolvimento de ações de enfermagem para a prevenção de lesões, promoção de saúde e reabilitação dos indivíduos (COREN-PR, 2024).

O profissional da área da enfermagem do esporte tem cada vez mais ganhado espaço na equipe multidisciplinar, muito disso se deve às mudanças estruturais dos recursos humanos dessas equipes, as quais, devido a busca incessante dos atletas por maiores e melhores resultados de desempenho, se tornam cada vez mais complexas exigindo assim a inclusão de novas especialidades capazes de dar um olhar diferenciado a esses atletas (INCHAUSPE *et al.*, 2020). Para que a enfermagem do esporte continue a evoluir, torna-se fundamental o domínio integral de fatores críticos que levam o atleta ao sucesso, sem isso os profissionais responsáveis pelo desenvolvimento do atleta não podem determinar os elementos importantes de desempenho técnico tampouco os fatores que devem ser avaliados e monitorados pelos profissionais da equipe multidisciplinar a fim de contribuir para um melhor desempenho do atleta (ACKLAND; ELLIOTT; BLOOMFIELD, 2011), assim prejudicando o processo de trabalho desse profissional.

A prática do jiu-jitsu brasileiro exige um conjunto de características morfológicas, aptidões físicas e psicológicas, levando em consideração, o seu alto grau de rendimento. No que concerne às particularidades morfológicas, por se tratar de um esporte de contato, a distribuição de massa e gordura corporal são fatores inerentes para um desempenho positivo em treinos e competições. Ademais, as capacidades físicas são elementos determinantes para a boa performance de uma atleta de jiu-jitsu. Suas principais habilidades incluem resistência anaeróbica e muscular, força isométrica, flexibilidade e agilidade. A construção de uma musculatura forte influencia diretamente na capacidade de resistência, além de prevenir possíveis lesões durante o treino e competição.

Para uma compreensão mais abrangente dos riscos e benefícios associados a essas práticas, torna-se imprescindível aprofundar o conhecimento sobre as particularidades de cada modalidade. Isso inclui desde a análise da biomecânica dos golpes e técnicas até a avaliação das capacidades físicas necessárias para a execução segura e eficiente dos movimentos. Além disso, estudos longitudinais que acompanhem atletas ao longo de suas carreiras podem fornecer insights valiosos sobre os efeitos a médio e longo prazo da prática desses esportes, tanto em termos de lesões quanto de desenvolvimento motor e cognitivo.

Diante dos argumentos anteriormente expostos e considerando a evidente escassez de literatura científica dedicada ao Jiu-Jitsu Brasileiro, sobretudo no que diz respeito às características morfofisiológicas dos seus praticantes, torna-se imperativo conduzir investigações mais aprofundadas sobre o tema. A compreensão do perfil morfológico e das capacidades físicas desses atletas não apenas preencheria uma lacuna no campo das ciências do esporte, mas também forneceria subsídios valiosos para o desenvolvimento de metodologias de treinamento mais eficazes, a otimização do rendimento competitivo e a prevenção de lesões associadas à modalidade, bem como para o desenvolvimento do processo de trabalho da enfermagem do esporte, tendo em vista a recente regularização dessa profissão no esporte. Portanto, este estudo se justifica tanto pela relevância acadêmica quanto pela aplicabilidade prática, contribuindo para o avanço do conhecimento em uma arte marcial que vem ganhando crescente projeção mundial.



METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão narrativa de literatura, a qual tem por objetivo, descrever e discutir o desenvolvimento ou o estado da arte de determinado tema, sob uma perspectiva teórica ou contextual (ROTHER, 2007), guiada pela seguinte pergunta norteadora "Quais são as principais características morfológicas e capacidades físicas desenvolvidas em atletas de jiu-jitsu brasileiro em decorrência do treinamento específico da modalidade?" A busca pelos artigos foi realizada no mês de junho de 2025, utilizando-se a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) nas bases de dados MEDLINE, "LILACS"; "IBECs"; "BBO-Odontologia" e; "SCIELO preprints". como principal base de dados. Para a identificação dos estudos relevantes, foram combinados os seguintes descritores e palavra-chave, em inglês, utilizando os operadores booleanos, tal como segue: "*Brazilian jiu-jitsu*" AND *Somatotype* OR "*Body composition*" OR *Posture* OR *Strength* OR *Power* OR *Speed* OR *Flexibility* OR *Balance* OR *Agility*.

Foram incluídos apenas artigos científicos com o texto completo disponível gratuitamente em meio eletrônico, que abordassem aspectos morfológicos e capacidades físicas de praticantes de Jiu-Jitsu Brasileiro. Excluíram-se teses, dissertações, monografias ou resumos publicados em anais de congressos e conferências, bem como aqueles cujo foco estivesse relacionado a lesões esportivas ou às alterações fisiológicas decorrentes de competição. Estudos repetidos, revisões sistemáticas, revisões da literatura e aqueles que investigavam apenas uma região corporal específica também foram excluídos.

A seleção foi feita por dois acadêmicos de forma independente, com leitura de títulos, resumos e textos completos. Os dados extraídos foram organizados em categorias temáticas para facilitar a análise crítica e narrativa dos achados

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após busca na Biblioteca Virtual de Saúde com as palavras chaves, foram encontrados 134 trabalhos indexados, dos quais ao adicionar o filtro "trabalho completo" só restaram 132. Do total de trabalhos 56 eram da base de dados "MEDLINE"; 45 da "non-MEDLINE"; 26 da "LILACS"; 3 da "IBECs"; 1 da "BBO-Odontologia" e; 1 da "SCIELO preprints".

Dos 132 artigos encontrados, apenas 6 foram selecionados para leitura completa, os trabalhos foram descartados por serem trabalhos duplicados; sua versão completa não estar disponível de graça; não serem artigos científicos; serem revisões da literatura ou revisões sistemáticas; não ficarem em atletas de jiu-jitsu brasileiro; se focaram nas lesões dos atletas e não na morfologia; descrever mudanças após uma única sessão de treinamento ou após uma competição e; se forem em capacidades de uma parte específica do corpo

Os resultados encontrados foram organizados em categorias temáticas com base nos principais aspectos analisados na literatura: perfil morfológico; força e flexibilidade; postura; metabolismo.

Perfil morfológico

No que tange ao perfil morfológico, Andreato *et al.* (2012) e Báez *et al.* (2014) tiveram resultados similares em seus estudos, Andreato *et al.* (2012) constatou que os atletas de jiu-jitsu apresentaram uma variação de massa corporal ($83,1 \pm 8,7\text{kg}$) e estatura ($180,1 \pm 6,5\text{cm}$) que se deve às distintas categorias de peso. Em seu estudo constatou um percentual



Resumos

de gordura corporal baixo para esses atletas, reforçado por Báez *et al.* (2014) que os caracterizou com relativamente baixa quantidade de dobras cutâneas, algo que se deve principalmente ao grande esforço que é sustentado de forma contínua por esses atletas durante uma luta.

Ao sustentar esforços contínuos por minutos ou horas, o metabolismo energético predominante passa a ser o aeróbico, gerando grandes quantidades de ATP pela respiração oxidativa, ocasionando uma intensa oxidação de carboidratos, ácidos graxos, corpos cetônicos e lactato em resposta a intensa utilização de energia pelo músculo esquelético através principalmente das bombas para excitação do sarcolema, das bombas para recaptação de cálcio e do mecanismo de contração das proteínas musculares (FURRER; HAWLEY; HANDSCHIN, 2023).

Além disso, Andreato *et al.* (2012) ainda traz que a maior concentração dessa gordura no corpo dos atletas se encontra na parte abdominal, esse padrão de distribuição de gordura, chamada de androide, é mais comuns em homens e tem relação com os hormônios sexuais masculinos (TCHERNOF; DESPRÉS, 2013), além do alto percentual de massa muscular.

Ambos os artigos ainda encontraram diferenças significativas entre diferentes indivíduos praticantes de jiu-jitsu, Báez *et al.* (2014) nos traz em sua pesquisa diferenças antropométricas entre os atletas cujo o estilo de luta era principalmente de “Guarda” e o que era principalmente de “Passagem”, como a altura, sendo os atletas de “Guarda” mais altos, características essas que talvez tenham influenciado o atleta a adotar seu determinado “estilo” de luta. Além disso, ambas as pesquisas nos trazem que o somatotipo predominante entre os atletas é mesomórfico.

Força e flexibilidade

De acordo com o estudo de Wasacz *et al.* (2022), os atletas de jiu-jitsu apresentaram melhor desempenho, em comparação com os atletas de Muay Thai, no que se refere à força (força estática, força relativa, força da cintura escapular e força funcional) e à flexibilidade, que se correlacionam ao nível de aptidão física e à carga de treino. Já os indivíduos que realizavam Muay Thai tiveram resultados significativos na maioria dos testes de força.

Em síntese, Øvretveit *et al.* (2018) destacou elevados níveis da força máxima em atletas de Jiu-Jitsu, com predominância nos membros inferiores, evidenciada por melhor desempenho em exercícios como agachamento 1RM (113 ± 20 kg), em comparação ao supino reto 1RM (88 ± 16 kg). Esse achado contrasta com pesquisas que apontavam maior direcionamento na força de membros superiores.

A ênfase observada nos membros inferiores está relacionada à exigência biomecânica de estabilidade e transferência de força em ações como quedas e raspagens, que requerem forte ativação da musculatura do quadril e glúteos (ØVRETVEIT *et al.*, 2018). Além disso, atletas mais experientes tendem a apresentar força máxima de supino entre 1,3 e 1,5 vezes o próprio peso corporal, demonstrando forte correlação entre nível competitivo e força de membros superiores (DA SILVA *et al.*, 2015). Esses dados reforçam a relevância da força máxima e da resistência muscular localizada para o desempenho técnico no Jiu-Jitsu, contribuindo para a projeção e manutenção de posições

Essa diferenciação metodológica revela perspectivas distintas sobre a ênfase do desenvolvimento físico na modalidade. Wasacz *et al.* (2022) analisam o desempenho em



Resumos

múltiplas dimensões da força associadas à carga de treino e perfil físico geral, ao passo que Øvretveit et al. (2018) evidenciam o papel funcional da força na performance técnica e no condicionamento neuromuscular exigido durante o combate. Juntas, essas análises reforçam a complexidade das demandas físicas no Jiu-Jitsu e a necessidade de avaliações específicas para orientação de treinamentos.

Postura

Em relação a postura, Follmer *et al.* (2021) realizou avaliação postural e comparou os resultados entre um grupo de atletas de jiu-jitsu e um grupo controle, sendo encontrado diferença estatisticamente significativa em quatro parâmetros: altura da coluna, altura da cifose calculada entre C7 e a junção toracolombar, altura da lordose calculada de S1 até a junção toracolombar, ângulo de inclinação da pelve, com valores mais altos para o grupo de atletas, a alteração em todos esses parâmetros pode ser devido a reação em cadeia que ocorre na coluna, onde ao se alterar um parâmetro da mesma outros se alteram em resposta (ENNEMAN; ANTONELI; OLIVEIRA, 2012).

Entretanto, essas alterações, aparentemente, não representam qualquer problema para os atletas, tendo em vista que a própria pesquisa de Follmer *et al.* (2021) não encontrou nenhuma diferença significativa em relação a topografia da dor e a intensidade da dor nas costas do grupo de atletas estudados em relação ao grupo de controle.

Metabolismo

De acordo com Sousa *et al.* (2024) evidenciou uma elevação nos lipídios totais ($\approx 13\%$), colesterol ($\approx 11,8\%$) e fosfolipídios ($\approx 7,7\%$) imediatamente após a luta simulada em atletas paradesportivos. Essa resposta aguda sugere que nos combates de menor duração, o corpo mobiliza demasiadas quantidades de substâncias lipídicas na circulação, isso decorre da ativação de lipases sensíveis a catecolaminas liberadas no estresse físico, indicando a exigência de grande resistência metabólica durante o combate. Ao mesmo tempo, a alta porcentagem de gordura corporal presente nos atletas indica que o metabolismo lipídico pode ser ativado independentemente da condição corporal, mas também ressalta a importância da avaliação individualizada durante a prescrição de treinos e estratégias nutricionais (SOUSA et al., 2024).

Observou-se um contraste entre intensas explosões com predominância aeróbia durante fases estáticas ou de controle posicional, intercaladas com picos anaeróbios de explosão muscular. Durante o combate, a utilização simultânea de glicogênio muscular e ácidos graxos, modulada pelas catecolaminas, favorece tanto a performance quanto a manutenção da homeostase energética. (SOUSA et al., 2024). Esse padrão misto estratégico de uso de substratos amplia a resposta fisiológica, pois a lipólise atenua rapidamente o consumo de glicogênio, prolongando a capacidade de produzir energia em atividades repetidas.

Dessa forma, os achados de Sousa et al. (2024) revelam que o Jiu-Jitsu impõe uma demanda metabólica altamente complexa, exigindo rápida alternância entre vias energéticas. A resposta lipídica aguda observada no pós-combate não apenas reflete a intensidade fisiológica da modalidade, mas também aponta para a necessidade de intervenções nutricionais precisas, voltadas à restauração do equilíbrio energético e à integridade muscular após o esforço.



Resumos**Enfermagem do esporte**

Muitos atletas de elite parecem ter as características perfeitas para a prática de sua modalidade, por vezes sendo o motivo ao qual o fez escolher a mesma, entretanto todo atleta possui pontos fracos que devem ser trabalhados a fim de reduzir a incidência de lesões e a queda de desempenho, dessa forma é de suma importância que os profissionais da equipe multidisciplinar tenham a compreensão integral de fatores críticos ao sucesso do mesmo (ACKLAND; ELLIOTT; BLOOMFIELD, 2011). A compreensão de todos esses fatores atrelada a incessante busca dos atletas por melhores rendimentos tem tornado a estrutura da equipe multidisciplinar cada vez mais complexa exigindo cada vez mais a atuação especializada de diferentes profissionais, que trazem benefícios como diagnósticos relevantes a cada um desses profissionais (INCHAUSPE *et al.*, 2020).

Nesse contexto, pode-se destacar a enfermagem do esporte como uma das novas áreas de pesquisa no esporte. Regulamentada pela resolução COFEN Nº 610/2019 (2019), a enfermagem do esporte pode ser definida como a área da enfermagem que tem como objetivo acompanhar, orientar e cuidar daqueles que se submetem a exercícios físicos (HEIDEMANN, 1987). Historicamente, a atuação da enfermagem nessa área esteve muito atrelada a prestação de cuidados em casos de urgência e emergência, entretanto a enfermagem do esporte tem ganhado cada vez mais destaque, assim favorecendo a aparecimento de novas configurações de cuidado no esporte (SANTOS *et al.*, 2022). Dessa forma, é de fundamental importância o domínio desses profissionais de fatores críticos na área esportiva, não só para a melhor assistência ao atleta, mas também a fim de estabelecer e fortalecer a enfermagem como integrante da equipe multidisciplinar do atleta, estabelecendo a função específica da enfermagem do esporte, visando assegurar a adequada avaliação do atleta (FLEGEL, 2015). Vale ressaltar também a participação do profissional farmacêutico na área, regulamentado pela resolução CFF Nº 018/2024 (2024), tem apresentado maior destaque no controle antidoping dos atletas (GOMES; CÔRTEZ; ALVES, 2023).

CONCLUSÃO

Esta revisão narrativa proporcionou uma compreensão abrangente e sistematizada das características morfológicas e das principais capacidades físicas que distinguem os atletas de Jiu-Jitsu Brasileiro em diferentes níveis competitivos. Os achados indicam que esses praticantes apresentam, de forma consistente, um biótipo predominantemente mesomórfico, marcado por um desenvolvimento muscular acentuado e um percentual de gordura corporal significativamente reduzido quando comparado à população geral.

Tais atributos morfológicos não apenas favorecem a eficiência mecânica durante a execução de técnicas complexas, mas também contribuem para uma maior resistência articular e proteção contra lesões comuns na modalidade. No âmbito das capacidades físicas, evidenciou-se que a força máxima, a potência anaeróbica e, sobretudo, a resistência muscular específica destacam-se como pilares fundamentais para o rendimento esportivo. Essas qualidades permitem ao atleta sustentar altos níveis de desempenho ao longo das lutas, assegurando tanto a aplicação eficaz de golpes quanto a manutenção do controle posicional sobre o adversário, mesmo em situações de fadiga.

A flexibilidade e as adaptações posturais também reforçam a necessidade de um condicionamento físico direcionado especialmente para as demandas do Jiu-Jitsu, assim



Resumos

como as alterações metabólicas, que evidenciam a grande exigência energética típica da modalidade. Apesar da relevância desses achados, observa-se ainda uma escassez de pesquisas nacionais voltadas a analisar de forma detalhada as características físicas e morfológicas dos atletas brasileiros, sobretudo quando se considera gênero, faixa etária e nível competitivo. Nesse sentido, é fundamental incentivar novos estudos que contribuam para compreender melhor esse público, orientando a elaboração de treinos mais adequados, estratégias eficazes de prevenção de lesões e ações voltadas à melhoria do desempenho esportivo.

Destaca-se a relevância da enfermagem como parte essencial da equipe multidisciplinar de assistência aos atletas. Amparada pela resolução COFEN N° 610/2019, a enfermagem do esporte passou a ser reconhecida oficialmente como uma especialidade e tem ampliado sua participação passando a contribuir de forma significativa na prevenção de lesões, na avaliação dos parâmetros físicos e no suporte ao desempenho esportivo. Tendo em vista os argumentos supracitados, faz-se necessária a presença de profissionais de enfermagem com formação específica no esporte com o intuito de fortalecer a assistência integral ao atleta, promovendo intervenções baseadas em evidências científicas e consolidando a enfermagem como um pilar estratégico na prestação de cuidados no âmbito esportivo.

REFERÊNCIAS

ACKLAND, Timothy R.; BLOOMFIELD, John; ELLIOTT, Bruce C. Elliott. Modelo de avaliação e modificação. In: ACKLAND, Timothy R.; ELLIOTT, Bruce C.; BLOOMFIELD, John (ed.). **Anatomia e Biomecânica Aplicadas no Esporte**. 2. ed. Barueri, Sp: Manole, 2011. Cap. 2. p. 11-27. Tradução Fernando Gomes do Nascimento.

BÁEZ, E.; FRANCHINI, E.; RAMÍREZ-CAMPILLO, R.; CAÑAS-JAMETT, R.; HERRERA, T.; BURGOS-JARA, C.; HENRÍQUEZ-OLGUÍN, C.. Anthropometric Characteristics of Top-Class Brazilian Jiu Jitsu Athletes: role of fighting style. **Int. J. Morphol**, Santiago, p. 1043-1050, 2014.

CAMINHA, Marília Gomes; CÔRTEZ, Mayra Aparecida; ALVES, Renata de Sousa. Atuação do Farmacêutico na prática esportiva com atletas de alto rendimento: uma revisão integrativa. **Cadernos Unifoa**, Volta Redonda, v. 18, n. 51, p. 1-11, 4 abr. 2023. Fundacao Oswaldo Aranha - FOA. <http://dx.doi.org/10.47385/cadunifoa.v18.n51.4163>.

CFF. Conselho Federal de Farmácia. Resolução CFF N° 18/2024. Dispõe sobre atribuições do farmacêutico no âmbito da farmácia esportiva. Brasília, DF: CFF, 2024. Disponível em:

<https://www.legisweb.com.br/legislacao/?id=470805#:~:text=Disp%C3%B5e%20sobre%20atribui%C3%A7%C3%B5es%20do%20farmac%C3%AAutico%20no%20C%C3%A2mbito%20da%20farm%C3%A1cia%20esportiva>. Acesso em: 19 maio 2025.

COFEN. Conselho Federal de Enfermagem. Resolução COFEN N° 610/2019. Altera a Resolução Cofen n° 581/2018, que atualiza, no âmbito do Sistema Cofen/Conselhos Regionais de Enfermagem, os procedimentos para Registro de Títulos de Pós-Graduação Lato e Stricto Sensu concedido a Enfermeiros e aprova a lista das especialidades. Brasília, DF: COFEN, 2019. Disponível em: <https://www.cofen.gov.br/resolucao-cofen-no-610-2019/>. Acesso em: 19 maio 2025.



Resumos

COREN-PR. Conselho Regional de Enfermagem do Paraná. Parecer tecnico COREN/PR Nº 008/2024. Atuação do enfermeiro na prescrição e supervisão de exercício físico para grupos especiais. Curitiba, PR: COREN-PR, 2024. Disponível em: <https://ouvidoria.cofen.gov.br/coren-pr/transparencia/104879/download/PDF>. Acesso em: 19 maio 2025.

DA SILVA, Bruno Victor C. et al. *Optimal load for the peak power and maximal strength of the upper body in Brazilian Jiu-Jitsu athletes.* **Journal of Strength and Conditioning Research**, Champaign, IL, v. 29, n. 6, p. 1616–1621, jun. 2015. Acesso em: 10 jul. 2025.

DA SILVA, Daniel Sousa; SILVA, Cátia Malachias; DE OLIVEIRA, Diogenes Leandro. OCORRÊNCIA DE LESÕES EM PRATICANTES DE JIU-JITSU. **Ciência Atual–Revista Científica Multidisciplinar do Centro Universitário São José**, v. 13, n. 1, 2019.

ENNEMAN, Sérgio Afonso; ANTONELI, Pedro Henrique Lacombe; OLIVEIRA, Gustavo Carriço de. Incidência Pélvica: um parâmetro fundamental para definição do equilíbrio sagital da coluna vertebral. **Coluna/Columna**, [S.L.], v. 11, n. 3, p. 237-239, set. 2012. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s1808-18512012000300011>.

ANDREATO, Leonardo Vidal; FRANCHINI, Emerson; DE MORAES, Solange Marta Franzói; ESTEVES, João Victor Del Conti; PASTÓRIO, Juliana Jacques; ANDREATO, Thaís Vidal;

GOMES, Tricy Lopes de Moraes; VIEIRA, José Luiz Lupes. Perfil Morfológico de Atletas de Elite de *Brazilian Jiu-jitsu*. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, Maringá, v. 18, p. 47, Fev. de 2012. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1517-86922012000100010>

FLEGEL, Melinda J. **Primeiros socorros no esporte**. 5. ed. Barueri, Sp: Manole, 2015. Tradução de Douglas Arthur Omena Futuro.

FOLLMER, Bruno; RUAS, Cassio Victora; DELLAGRANA, Rodolfo Andre; LIMA, Luis Antonio Pereira de; PINTO, Ronei Silveira; DIEFENTHAELER, Fernando. Brazilian Jiu-Jitsu fighters present greatest rapid and maximal strength imbalances at extreme elbow angles. **Journal Of Bodywork And Movement Therapies**, [S.L.], v. 25, p. 126-132, jan. 2021. Elsevier BV. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jbmt.2020.11.013>.

FURRER, Regula; HAWLEY, John A.; HANDSCHIN, Christoph. The molecular athlete: exercise physiology from mechanisms to medals. **Physiological Reviews**, [S.L.], v. 103, n. 3, p. 1693-1787, 1 jul. 2023. American Physiological Society. <http://dx.doi.org/10.1152/physrev.00017.2022>.

HEIDEMANN, Míriam. A enfermagem esportiva: proposta de consulta de enfermagem em academia de ginástica e musculação. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília, p. 190-192, 1987.

INCHAUSPE R. M.; BARBIAN P. M.; PEREIRA SANTOS F. L.; da Silva M. S. A equipe multidisciplinar no esporte: uma revisão narrativa. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 12, n. 1, p. e1760, 6 jan. 2020.



Resumos

NASCIMENTO, Í. DO et al. TREINAMENTO DE FORÇA E LESÕES EM ATLETAS DE JIU-JITSU BRASILEIRO: UMA REVISÃO DE LITERATURA. **Intercontinental Journal on Physical Education ISSN 2675-0333**, v. 5, n. 1, p. 1–16, 11 fev. 2024.

ØVRETVEIT, Karsten. Anthropometric and physiological characteristics of Brazilian Jiu-Jitsu athletes. **Journal of Strength and Conditioning Research**, [S.l.], v. 32, n. 4, p. 997-1004, abr. 2018. Lippincott Williams & Wilkins. DOI: 10.1519/JSC.0000000000002471. Disponível em: https://journals.lww.com/nsca-jscr/fulltext/2018/04000/anthropometric_and_physiological_characteristics.14.aspx.

REIS, Isabella Sant’Ana da Costa; SOARES, Raphael Almeida Silva; MACHADO FILHO, Rubem. Incidência de lesões e estratégias de prevenção em atletas de iatismo: uma revisão de literatura. **REVISTA DE TRABALHOS ACADÊMICOS–CENTRO UNIVERSO JUIZ DE FORA**, v. 1, n. 12, 2020.

ROTHER, Edna Terezinha. Revisão sistemática X revisão narrativa. **Acta Paulista de Enfermagem**, [S.L.], v. 20, n. 2, p. 1-2, jun. 2007. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0103-21002007000200001>.

SANTOS, José Cleyton de Oliveira; SILVA, Wanessa Alves; MERCÊS, Gustavo Santos das; CRUZ, Marcela de Souza; FONSECA, Luan dos Santos; FERREIRA, Laíse Luemmy de Lima; CARVALHO, Beatriz Correia; MATOS, Thaís Santos de. Atuação do profissional de enfermagem esportiva: uma breve revisão. **Caderno de Educação Física e Esporte**, Aracajú, v. 20, p. 1-7, 18 mar. 2022. Caderno de Educacao Fisica e Esporte. <http://dx.doi.org/10.36453/cefe.2022.28253>.

SILVA, Bruno Victor Corrêa et al. **Brazilian Jiu-Jitsu: Aspectos do desempenho**. *RBPFEV Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício*, v. 6, n. 31, 2012.

SOUZA, Gabriel Thomé Streicher; LOPES, Jaqueline Santos Silva; FERNANDES, Guilherme Trevisan; MAGALHÃES NETO, Anibal Monteiro; LEMOS, Jonatha Flávio Souza; ANDRADE, Cláudia Marlise Balbinotti. **Analysis of lipid profile before and after a simulated Brazilian jiu-jitsu para-sport fight: Multiple case analysis**. *Heliyon*, [S.l.], v. 10, n. 1, e25304, 2024. Elsevier. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2405844024171381>.

SęDEK, Katarzyna; TRUSZCZYŃSKA-BASZAK, Aleksandra; CYGAŃSKA, Anna Katarzyna; DRZAŁ-GRABIEC, Justyna. Back pain and body posture of non-professional Brazilian Jiu-Jitsu practitioners. **PeerJ**, [S.L.], v. 10, p. 1-13, 3 mar. 2022. PeerJ. <http://dx.doi.org/10.7717/peerj.12838>.

TCHERNOF, André; DESPRÉS, Jean-Pierre. Pathophysiology of Human Visceral Obesity: an update. **Physiological Reviews**, [S.L.], v. 93, n. 1, p. 359-404, jan. 2013. American Physiological Society. <http://dx.doi.org/10.1152/physrev.00033.2011>.

WASACZ, Wojciech; RYDZIK, Łukasz; OUERGUI, Ibrahim; KOTEJA, Agnieszka; MBROZY, Dorota; AMBROZY, Tadeusz; RUZBARSKY, Pavel; RZEPKO, Marian. Comparison of the Physical Fitness Profile of Muay Thai and Brazilian Jiu-Jitsu Athletes



Resumos

with Reference to Training Experience. **International journal of environmental research and public health**, vol. 19,14 8451. 11 Jul. 2022, doi:10.3390/ijerph19148451



O PAPEL DA ENFERMAGEM NA PROMOÇÃO DA SAÚDE DE PESSOAS COM DEFICIÊNCIA POR MEIO DO ESPORTE***THE ROLE OF NURSING IN PROMOTING THE HEALTH OF PEOPLE WITH DISABILITIES THROUGH SPORTS*****Eixo Temático: Atividade física e/ou de exercícios competitivos em grupos especiais**

Vladson Gouveia Ferreira⁵; Paulo Vitor da Silva Cavalcanti¹; Ruthe Maria de Sousa Pereira³; Amanda dos Santos Neves⁴; Maria Gabriella Santos Barros⁵; Maria Eduarda Silva Barroso⁶; Thayane Evelyn Ramos de Menezes⁷; Monaliza Ribeiro Mariano Grimaldi⁸; Cristina Barroso Pinto⁹; Ana Paula Silva Rocha Cantante¹⁰

RESUMO: A prática esportiva é reconhecida como estratégia eficaz na promoção da saúde de pessoas com deficiência, impactando positivamente sua qualidade de vida, autonomia e inclusão social. No entanto, há escassez de estudos que abordem o papel da enfermagem nesse contexto. Esta revisão narrativa, realizada entre maio e julho de 2025, buscou compreender e discutir a atuação da enfermagem na promoção da saúde desse público por meio do esporte. A análise crítica das publicações selecionadas revelou quatro eixos principais: barreiras à participação esportiva, necessidade de repensar normas corporais e inclusão via tecnologias assistivas, o esporte como ferramenta de reabilitação e o papel estratégico da enfermagem no cuidado contínuo. Evidenciou-se ainda a carência de estudos com enfoque de gênero. Conclui-se que a enfermagem tem potencial para atuar de forma interdisciplinar, sendo essencial a formulação de políticas públicas e capacitação profissional que fortaleçam práticas inclusivas e integrativas no contexto esportivo.

Palavras-chave: Pessoas com Deficiência. Esporte. Enfermagem.

ABSTRACT

Sport practice is recognized as an effective strategy for promoting the health of people with disabilities, positively impacting their quality of life, autonomy, and social inclusion. However, there is a lack of studies specifically addressing the role of nursing in this context. This narrative review, conducted between May and July 2025, aimed to understand and discuss nursing's role in promoting the health of this population through sports. The critical analysis of the selected publications revealed four main themes: barriers to sports participation, the need to rethink bodily norms and promote inclusion through assistive technologies, sports as a tool for rehabilitation, and the strategic role of nursing in continuous care. A gap in studies with a gender perspective was also identified. It is concluded that nursing has strong potential for interdisciplinary work, and the development of public policies and professional training is essential to strengthen inclusive and integrative practices in the sports context.

Keywords: Persons with Disabilities. Sports. Nursing.

⁵ ¹ Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira – UNILAB, Rio de Janeiro, RJ

² Escola Superior de enfermagem do Porto – ESEP, Porto



Resumos**INTRODUÇÃO**

A promoção da saúde de pessoas com deficiência por meio da prática esportiva é uma estratégia amplamente reconhecida por seus impactos positivos na qualidade de vida, no bem-estar físico e mental, além de favorecer a inclusão social (ISIDORO-CABAÑAS *et al.*, 2023). Diversos estudos destacam que a participação em atividades esportivas contribui para a autonomia, autoestima e integração social desse público, promovendo benefícios que vão além da dimensão física (WILHITE; SHANK, 2009). No entanto, observa-se uma escassez de pesquisas que abordem, de forma específica, o papel da enfermagem nesse contexto, revelando uma lacuna relevante na literatura. Preencher esse vazio contribui tanto para o avanço científico quanto para o aprimoramento das práticas assistenciais voltadas a essa população, fortalecendo a atuação interdisciplinar e a promoção de cuidados integrais (TILTON, 2023).

MÉTODO

Foi realizada uma revisão narrativa da literatura entre maio e julho de 2025, com o objetivo de compreender e discutir a atuação da enfermagem na promoção da saúde de pessoas com deficiência por meio da prática esportiva. O processo metodológico envolveu um levantamento prévio de publicações em bases de dados e fontes científicas relevantes. A partir desse levantamento, foi realizada uma curadoria criteriosa dos textos encontrados, selecionando aqueles com maior relevância temática e contribuição teórica ao objeto de estudo. Os materiais escolhidos foram analisados de forma crítica, permitindo a construção de uma síntese reflexiva sobre as estratégias, desafios e potencialidades da enfermagem na promoção do cuidado e inclusão de pessoas com deficiência no contexto esportivo.

RESULTADOS

Os resultados evidenciaram quatro eixos temáticos principais: (1) a baixa participação de pessoas com deficiência, especialmente jovens, em atividades físicas, motivada por barreiras como recursos financeiros limitados e falta de acessibilidade; (2) a necessidade de repensar concepções tradicionais no esporte, considerando o uso de tecnologias assistivas e a desconstrução de normas corporais excludentes; (3) o papel do esporte como ferramenta de reabilitação e inclusão social, particularmente em pessoas com lesão medular, destacando a importância de políticas públicas e apoio comunitário; e (4) a atuação da enfermagem como estratégica na reabilitação, com foco em cuidado contínuo, humanizado e multidimensional. Ressaltou-se ainda a lacuna de estudos com recorte de gênero, indicando a necessidade de maior representatividade feminina nas pesquisas.

CONCLUSÃO

Os resultados evidenciam a importância da enfermagem na promoção da saúde e inclusão social de pessoas com deficiência via prática esportiva, destacando a urgência de políticas públicas e formação especializada. Essa análise abre caminho para pesquisas futuras que abordem a diversidade de gênero e aprofundem intervenções multidisciplinares, ampliando o conhecimento e fortalecendo práticas assistenciais inovadoras e inclusivas.



REFERÊNCIAS

BEGA RUIZ, A. G.; et al. Experiências de (in)acessibilidade vivenciadas por pessoas com lesão medular. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, v. 20, 31 dez. 2018.

CDC. **Physical Activity for People with Disability**. Disponível em: <<https://www.cdc.gov/disability-and-health/articles-documents/physical-activity-for-people-with-disability.html>>.

ISIDORO-CABAÑAS, E.; et al. Benefits of Adaptive Sport on Physical and Mental Quality of Life in People with Physical Disabilities: a Meta-Analysis. **ProQuest**, v. 11, n. 18, p. 2480, 2023. Disponível em: <<https://www.proquest.com/docview/2869339891?accountid=7054&parentSessionId=hg0RKuV9SvWw%2F5q%2BblvH%2BLsdeuDrVx0devFecSC4pss%3D>>. Acesso em: 10 jul. 2025.

KUNENE, S. H. Developing and implementing a model of care for athletes living with disabilities: A protocol. **South African journal of physiotherapy**, v. 79, n. 1, 19 jul. 2023.

MAXWELL, B. M. The Nursing Role in the Special Olympic Program. **Journal of School Health**, v. 54, n. 3, p. 131–133, mar. 1984. Acesso em: 10 jul. 2025.

RAHEB, J. Health Care Delivery, Patient Resources, and Community Reintegration. **Physical Medicine and Rehabilitation Clinics of North America**, v. 32, n. 3, p. 581–589, 20 maio 2021. Disponível em: <<https://doi.org/10.1016/j.pmr.2021.02.009>>. Acesso em: 10 jul. 2025.

TILTON, A. **The Role of Adaptive Sports in Holistic Nursing Care - Daily Nurse**. Disponível em: <<https://www.dailynurse.com/role-of-adaptive-sports-physical-activity-in-holistic-nursing-care/>>. Acesso em: 10 jul. 2025.

WILHITE, B.; SHANK, J. In praise of sport: Promoting sport participation as a mechanism of health among persons with a disability. **Disability and Health Journal**, v. 2, n. 3, p. 116–127, jul. 2009. Disponível em: <<https://doi.org/10.1016/j.dhjo.2009.01.002>>. Acesso em: 10 jul. 2025.

ZOBOLI, F.; CORREIA, E. S.; LAMAR, A. R. CORPO, Tecnologia E Desporto: Considerações A Partir Do Caso Da Paratleta Danielle Bradshaw. **Movimento (ESEFID/UFRGS)**, v. 22, n. 2, p. 659, 29 jan. 2016. Disponível em: <<https://doi.org/10.22456/1982-8918.56441>>. Acesso em: 10 jul. 2025.



ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM NAS LESÕES DE ATLETAS***NURSING CARE FOR ATHLETE INJURIES*****Eixo Temático: Ortopedia e Traumatologia desportiva**

Leonardo Michel Corrêa de Barros^{6*}, Ana Fagundes Carneiro³, Dayane da Cunha Prevost³, Carlos Vinícios dos Reis Affonso³, Gabriel dos Santos Oliveira³, Pamela da Silva Moreira dos Santos³, Ricardo Melo Peres Sapucaia³, Thaís Moraes Soares⁴, Robert Grossi Pereira⁵

RESUMO

INTRODUÇÃO: A Enfermagem Desportiva, reconhecida oficialmente pelo Conselho Federal de Enfermagem em 2019, é uma especialidade que visa promover, prevenir e recuperar a saúde de atletas. Essa área amplia significativamente o campo de atuação do enfermeiro, abrangendo desde o atendimento emergencial até a reabilitação física e o suporte psicossocial. No entanto, apesar dos avanços e da crescente importância, a especialidade ainda enfrenta obstáculos como a baixa visibilidade, a ausência de protocolos específicos e recursos limitados. Esses fatores comprometem a qualidade e a continuidade da assistência prestada aos atletas em diferentes contextos esportivos. **OBJETIVO:** É analisar a atuação da enfermagem na assistência e reabilitação de atletas com lesões esportivas. **MÉTODO:** Este estudo adotou uma revisão integrativa da literatura com abordagem qualitativa, realizada entre agosto de 2024 e junho de 2025. Os componentes foram definidos da seguinte forma: Atletas com lesões esportivas; Intervenções de enfermagem na assistência e reabilitação; Atuação da enfermagem no contexto esportivo. **RESULTADOS:** As lesões esportivas, como entorses, distensões musculares, fraturas e luxações, exigem assistência de enfermagem especializada para o manejo da dor, imobilização e suporte emocional. O enfermeiro também aplica protocolos específicos e acompanha todo o processo de reabilitação, orientando o atleta quanto ao repouso, fortalecimento muscular e retomada gradual das atividades. Além do cuidado físico, a enfermagem oferece suporte psicológico, essencial para uma recuperação completa. A atuação preventiva envolve ainda a educação sobre práticas seguras, o uso adequado de equipamentos e o monitoramento contínuo do estado de saúde do atleta. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** A Enfermagem Desportiva desempenha um papel essencial ao cuidar tanto do corpo quanto das emoções dos atletas, promovendo ações eficazes de prevenção e recuperação. Apesar dos desafios enfrentados, como a falta de protocolos específicos e a escassez de profissionais capacitados, o investimento em educação e pesquisa fortalece essa área, garantindo um cuidado integral, qualificado e multidisciplinar.

Palavras-chave: Medicina Esportiva, Lesões em Atletas, Assistência de Enfermagem.

ABSTRACT

INTRODUCTION: Sports Nursing, officially recognized by the Federal Nursing Council in 2019, is a specialty that aims to promote, prevent, and restore the health of athletes. This

^{6*} Enfermeiro Mestre em Enfermagem, UERJ – Rio de Janeiro, RJ

³ Graduando em Enfermagem, Universidade Iguazu – Rio de Janeiro, RJ

⁴ Farmacêutica no Abeu Centro Universitário – Rio de Janeiro, RJ

⁵ Enfermeiro no Instituto Israelita de Ensino e Pesquisa Albert Einstein – São Paulo, SP



Resumos

field significantly expands the scope of nursing practice, encompassing everything from emergency care to physical rehabilitation and psychosocial support. However, despite advances and growing importance, the specialty still faces obstacles such as low visibility, lack of specific protocols, and limited resources. These factors compromise the quality and continuity of care provided to athletes in different sporting contexts. **OBJECTIVE:** To analyze the role of nursing in the care and rehabilitation of athletes with sports injuries. **METHOD:** This study adopted an integrative literature review with a qualitative approach, conducted between August 2024 and June 2025. The components were defined as follows: Athletes with sports injuries; Nursing interventions in care and rehabilitation; Nursing performance in the sports context. **RESULTS:** Sports injuries such as sprains, muscle strains, fractures, and dislocations require specialized nursing care for pain management, immobilization, and emotional support. Nurses also apply specific protocols and monitor the entire rehabilitation process, guiding the athlete on rest, muscle strengthening, and the gradual resumption of activities. In addition to physical care, nursing provides psychological support, which is essential for a full recovery. Preventive care also involves education on safe practices, proper use of equipment, and continuous monitoring of the athlete's health status. **FINAL CONSIDERATIONS:** Sports Nursing plays an essential role in caring for both the body and emotions of athletes, promoting effective prevention and recovery actions. Despite the challenges faced, such as the lack of specific protocols and the shortage of trained professionals, investment in education and research strengthens this field, ensuring comprehensive, qualified, and multidisciplinary care.

Keywords: Medicina Esportiva, Lesões em Atletas, Assistência de Enfermagem.



ATUAÇÃO DA EQUIPE DE SAÚDE NAS EMERGÊNCIAS EM CORRIDAS DE RUA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA***HEALTH TEAM PERFORMANCE IN EMERGENCIES DURING ROAD RACES: AN INTEGRATIVE REVIEW*****Eixo Temático: 6 – Urgências e Emergências no Esporte**

Ruthe Maria de Sousa Pereira^{7 1}, Vladson Gouveia Ferreira¹, Marília Paz Pires¹, Vívian Rodrigues Martins¹, Emmanuel de Souza Lima¹ Maria de Fátima Vieira da Silva¹, Maria Isadora da Silva Martins¹, Monaliza Ribeiro Mariano¹, Huana Carolina Candido Morais¹

RESUMO

INTRODUÇÃO: Corridas de rua e maratonas cresceram em popularidade na última década (SCHWABE et al., 2014), acompanhadas por emergências como colapso por calor, arritmias, hiponatremia e lesões musculoesqueléticas (MILSTEN et al., 2002). Nesses casos, o atendimento pré-hospitalar ágil e qualificado é essencial para evitar desfechos graves (TANAKA et al., 2022). Apesar da maior profissionalização, faltam evidências sobre protocolos e estratégias eficazes (ROBERTS et al., 2012). Esta revisão integrativa mapeou estudos (2014–2024) sobre a atuação multiprofissional (enfermeiros, médicos, técnicos e socorristas) em emergências durante corridas de rua. A pergunta de pesquisa foi: quais as evidências sobre a atuação da equipe de saúde no atendimento pré-hospitalar em corridas de rua e maratonas nos últimos 10 anos? **MÉTODO:** Realizou-se revisão integrativa conforme PRISMA e *Joanna Briggs Institute* (JBI), com buscas nas bases *PubMed*, *Scopus*, *Embase* e *BVS* (maio-junho/2025), utilizando descritores controlados e termos livres. A pergunta foi estruturada via estratégia PCC: População – equipe de saúde (enfermeiros, médicos, técnicos e socorristas); Conceito – atuação em emergências (protocolos, desafios, intervenções); Contexto – corridas de rua/maratonas. Utilizaram-se termos como “Urgências”, “Emergências”, “Esportes”, “Corrida” e “Equipe de Assistência ao Paciente”, com equivalentes em inglês nos vocabulários MeSH, DeCS e Emtree. **RESULTADOS:** Foram incluídos estudos primários e secundários dos últimos dez anos que respondiam à questão de pesquisa, excluindo duplicatas, textos indisponíveis e não elegíveis. Dos 81 estudos iniciais, 8 foram analisados. As emergências mais comuns foram: lesões musculoesqueléticas (75%), colapso por calor (62,5%), arritmias (50%) e hiponatremia (37,5%). Lesões como entorses e câibras afetaram amadores; colapsos por calor ocorreram em climas quentes; hiponatremia, por reposição inadequada de eletrólitos; arritmias, embora menos prevalentes, foram as mais graves. A atuação multiprofissional foi mais eficaz com postos médicos a cada 5 km, protocolos padronizados (como os do *American College of Sports Medicine*) e triagem por enfermeiros, com médicos nos casos críticos. Destacaram-se como desafios a ausência de protocolos uniformes e a capacitação limitada, especialmente para hiponatremia. **CONCLUSÃO:** A revisão reforça a importância de uma abordagem multiprofissional padronizada. Protocolos baseados em evidências e capacitação contínua são fundamentais. Recomenda-se adotar diretrizes para casos como colapso por calor e hiponatremia, realizar simulações prévias e orientar participantes sobre hidratação e sinais

⁷ Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira – UNILAB, Rio de Janeiro, RJ



Resumos

de alerta.

Palavras-chave: Emergências. Esportes. Corrida. Equipe de Assistência ao Paciente.

ABSTRACT

INTRODUCTION: Street running and marathons have grown in popularity in the last decade (SCHWABE et al., 2014), accompanied by emergencies such as heat collapse, arrhythmias, hyponatremia, and musculoskeletal injuries (MILSTEN et al., 2002). In these cases, agile and qualified pre-hospital care is essential to avoid serious outcomes (TANAKA et al., 2022). Despite greater professionalization, there is a lack of evidence on effective protocols and strategies (ROBERTS et al., 2012). This integrative review mapped studies (2014–2024) on multiprofessional performance (nurses, doctors, technicians, and first responders) in emergencies during street running. The research question was: what is the evidence about the role of the health team in pre-hospital care in street races and marathons in the last 10 years? **METHOD:** An integrative review was carried out according to PRISMA and the Joanna Briggs Institute (JBI), with searches in the PubMed, Scopus, Embase, and VHL databases (May-June/2025), using controlled descriptors and free terms. The question was structured via the PCC strategy: Population – health team (nurses, doctors, technicians and first responders); Concept – acting in emergencies (protocols, challenges, interventions); Context – street races/marathons. Terms such as "Urgencies", "Emergencies", "Sports", "Running" and "Patient Care Team" were used, with equivalents in English in the MeSH, DeCS and Emtree vocabularies. **RESULTS:** Primary and secondary studies from the last ten years that answered the research question were included, excluding duplicates, unavailable and ineligible texts. Of the initial 81 studies, 8 were analyzed. The most common emergencies were: musculoskeletal injuries (75%), heat collapse (62.5%), arrhythmias (50%), and hyponatremia (37.5%). Injuries such as sprains and cramps affected amateurs; heat collapses have occurred in hot climates; hyponatremia, due to inadequate electrolyte replacement; Arrhythmias, although less prevalent, were the most severe. Multiprofessional action was more effective with medical posts every 5 km, standardized protocols (such as those of the American College of Sports Medicine) and triage by nurses, with doctors in critical cases. The lack of uniform protocols and limited training, especially for hyponatremia, stood out as challenges. **CONCLUSION:** The review reinforces the importance of a standardized multiprofessional approach. Evidence-based protocols and continuous capacity building are key. It is recommended to adopt guidelines for cases such as heat collapse and hyponatremia, perform previous simulations, and advise participants about hydration and warning signs.

Keywords: Emergencies. Sports. Race. Patient Care Team.



ENFERMAGEM NA PROMOÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA: IMPACTO NA PREVENÇÃO DE DOENÇAS E MORBIMORTALIDADE

NURSING IN THE PROMOTION OF PHYSICAL ACTIVITY: IMPACT ON THE PREVENTION OF DISEASES AND MORBIDITY/MORTALITY

Eixo Temático: Epidemiologia do exercício

Leonardo Michel Corrêa de Barros⁸¹, Dayane da Cunha Prevost², Ana Fagundes Carneiro², Carlos Vinícios dos Reis Affonso², Gabriel dos Santos Oliveira², Pamela da Silva Moreira dos Santos², Ricardo Melo Peres Sapucaia², Thaís Moraes Soares³, Robert Grossi Pereira⁴

RESUMO

INTRODUÇÃO: A atividade física regular é reconhecida como uma estratégia eficaz na prevenção de doenças crônicas não transmissíveis, como hipertensão, diabetes tipo 2, obesidade e alguns tipos de câncer, além de contribuir para a redução da morbimortalidade e o aumento da qualidade de vida. Os recentes reforçam que a prática contínua de exercícios está associada à melhora de indicadores fisiológicos e emocionais, com impacto significativo em contextos de atenção primária e reabilitação. Nesse cenário, a assistência de enfermagem desempenha um papel fundamental, atuando na promoção, orientação e monitoramento da atividade física entre indivíduos e comunidades. Profissionais de enfermagem são protagonistas na educação em saúde, na identificação de barreiras à adesão ao exercício e na elaboração de estratégias personalizadas de cuidado, especialmente para populações vulneráveis. **OBJETIVO:** Analisar os efeitos da prática regular de atividade física na prevenção de doenças crônicas não transmissíveis e na redução da morbimortalidade, destacando o papel da enfermagem na promoção da saúde e na adesão a comportamentos ativos em diferentes contextos assistenciais. **MÉTODO:** Realizou-se uma revisão sistemática seguindo o protocolo PRISMA, com análise de conteúdo conforme Bardin, de artigos científicos publicados entre 2020 e 2025 nas bases de dados. Foram incluídos estudos que abordassem a relação entre atividade física, prevenção de doenças e mortalidade, com enfoque no papel da enfermagem. A seleção dos artigos seguiu critérios rigorosos de inclusão e exclusão, garantindo a qualidade metodológica da revisão. **RESULTADOS:** Demonstram que o exercício regular promove melhorias cardiovasculares, modulação imunológica e qualidade de vida, porém persistem obstáculos como falta de acesso a espaços adequados e desinformação. Neste cenário, destaca-se o papel fundamental da enfermagem, cujas intervenções educativas aumentaram em 40% a adesão a programas de exercícios, com impacto comprovado na redução de 15-20% na mortalidade prematura em populações atendidas por ações integradas. **CONCLUSÃO:** Os achados reforçam a necessidade de políticas públicas que associem estratégias comunitárias, adaptação de espaços urbanos e programas educativos contínuos, com a enfermagem como protagonista na mediação entre políticas e comunidade, evidenciando a atividade física como determinante social da saúde que requer abordagens multiprofissionais para superação de barreiras estruturais.

⁸¹ Universidade do Estado do Rio de Janeiro, UERJ – Rio de Janeiro, RJ

³ Universidade Iguazu – Rio de Janeiro, RJ

⁴ Abeu Centro Universitário – Rio de Janeiro, RJ

⁵ Instituto Israelita de Ensino e Pesquisa Albert Einstein – São Paulo, SP



Resumos

Palavras-chave: Atividade física, Prevenção de Doenças, Indicadores de Morbimortalidade e Enfermagem.

ABSTRACT

INTRODUCTION: Regular physical activity is recognized as an effective strategy in preventing chronic noncommunicable diseases such as hypertension, type 2 diabetes, obesity, and some types of cancer, in addition to reducing morbidity and mortality and improving quality of life. Recent studies reinforce that continued exercise is associated with improved physiological and emotional indicators, with a significant impact in primary care and rehabilitation settings. In this context, nursing care plays a fundamental role, promoting, guiding, and monitoring physical activity among individuals and communities. Nursing professionals are key players in health education, identifying barriers to exercise adherence, and developing personalized care strategies, especially for vulnerable populations. **OBJECTIVE:** To analyze the effects of regular physical activity in preventing chronic noncommunicable diseases and reducing morbidity and mortality, highlighting the role of nursing in health promotion and adherence to active behaviors in different care settings. **METHOD:** A systematic review was conducted following the PRISMA protocol, with Bardin content analysis, of scientific articles published between 2020 and 2025 in the databases. Studies addressing the relationship between physical activity, disease prevention, and mortality, with a focus on the role of nursing, were included. Article selection followed strict inclusion and exclusion criteria, ensuring the methodological quality of the review. **RESULTS:** Regular exercise promotes cardiovascular improvements, immune modulation, and quality of life, but obstacles such as lack of access to adequate spaces and misinformation persist. In this context, the fundamental role of nursing stands out, whose educational interventions increased adherence to exercise programs by 40%, with a proven impact on a 15-20% reduction in premature mortality in populations served by integrated actions. **CONCLUSION:** The findings reinforce the need for public policies that combine community strategies, adaptation of urban spaces and continuous educational programs, with nursing as a protagonist in mediating between policies and the community, highlighting physical activity as a social determinant of health that requires multidisciplinary approaches to overcome structural barriers.

Keywords: Atividade física, Prevenção de Doenças, Indicadores de Morbimortalidade e Enfermagem.



Resumos**ESPORTE COMO ESTRATÉGIA DE CUIDADO À SAÚDE MENTAL DO
HOMEM: REVISÃO DE LITERATURA COM ENFOQUE NA ATUAÇÃO DE
ENFERMAGEM*****SPORT AS A STRATEGY FOR MEN'S MENTAL HEALTH CARE: A LITERATURE
REVIEW WITH A FOCUS ON NURSING PRACTICES*****Eixo Temático: Epidemiologia do exercício**

Milena Maria da Silva Acioli⁹¹, Carlos Vinícios dos Reis Affonso¹, Ana Fagundes Carneiro¹, Dayane da Cunha Prevost¹, Gabriel dos Santos Oliveira¹, Pamela da Silva Moreira dos Santos¹, Ricardo Melo Peres Sapucaia¹, Thaís Moraes Soares², Robert Grossi Pereira³, Leonardo Michel Corrêa de Barros⁴

RESUMO

INTRODUÇÃO: A saúde mental dos homens ainda é um campo cercado por estigmas, os quais dificultam tanto o cuidado quanto a prevenção. Nesse contexto, a prática esportiva surge como uma aliada na promoção do bem-estar psicológico e emocional, configurando-se como um recurso terapêutico de baixo custo e amplo alcance. **OBJETIVO:** Analisar as evidências científicas sobre o esporte como estratégia de cuidado à saúde mental masculina, destacando o papel da Enfermagem nesse processo. **MÉTODO:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, com abordagem qualitativa. As buscas foram realizadas no Google Acadêmico e na Biblioteca Virtual em Saúde, utilizando os descritores: Saúde Mental, Saúde do Homem, Exercício Físico, Enfermagem e Promoção da Saúde. Foram selecionados artigos em português, publicados entre 2021 e 2025. **RESULTADOS:** Evidenciam que a prática esportiva contribui significativamente para a redução de sintomas como ansiedade, depressão e estresse, ao mesmo tempo em que promove a autoestima e o sentimento de pertencimento social entre os homens. Nesse contexto, a Enfermagem assume papel fundamental ao desenvolver ações educativas, acolhedoras e de incentivo à atividade física regular, fortalecendo a adesão ao autocuidado e enfrentando barreiras culturais ligadas à masculinidade tóxica. A incorporação do esporte como estratégia de cuidado à saúde mental masculina deve ser incentivada nos serviços de saúde, com a atuação do enfermeiro centrada na orientação, acompanhamento contínuo e inclusão desses indivíduos em programas de promoção da saúde. Além disso, estratégias humanizadas, como rodas de conversa, grupos terapêuticos e práticas educativas pautadas na escuta qualificada e no vínculo, têm se mostrado eficazes para estimular o protagonismo masculino no cuidado à própria saúde. **CONCLUSÃO:** A Enfermagem, enquanto profissão comprometida com o cuidado integral, desempenha um papel crucial na condução de ações que incentivem e orientem os homens quanto à prática esportiva como ferramenta terapêutica. Recomenda-se que políticas públicas ampliem essas iniciativas e que novos estudos investiguem formas práticas de implementar tais estratégias no cotidiano dos serviços de saúde.

Palavras-chave: Saúde Mental, Saúde do Homem, Exercício Físico, Enfermagem e Promoção da Saúde.

⁹¹ Universidade Iguaçu – Rio de Janeiro, RJ

² Abeu Centro Universitário – Rio de Janeiro, RJ

³ Instituto Israelita de Ensino e Pesquisa Albert Einstein – São Paulo, SP

⁴ Universidade do Estado do Rio de Janeiro, UERJ – Rio de Janeiro, RJ



ABSTRACT

INTRODUCTION: Men's mental health remains a stigmatized field, hindering both care and prevention. In this context, sports practice emerges as an ally in promoting psychological and emotional well-being, constituting a low-cost and broad-reaching therapeutic resource. **OBJECTIVE:** To analyze the scientific evidence on sports as a strategy for men's mental health care, highlighting the role of nursing in this process. **METHOD:** This is an integrative literature review with a qualitative approach. Search was conducted on Google Scholar and the Virtual Health Library using the descriptors: Mental Health, Men's Health, Physical Exercise, Nursing, and Health Promotion. Articles in Portuguese, published between 2021 and 2025, were selected. **RESULTS:** These studies demonstrate that sports practice significantly contributes to reducing symptoms such as anxiety, depression, and stress, while also promoting self-esteem and a sense of social belonging among men. In this context, nursing plays a fundamental role in developing educational and welcoming initiatives that encourage regular physical activity, strengthening adherence to self-care and addressing cultural barriers linked to toxic masculinity. The incorporation of sports as a strategy for men's mental health care should be encouraged in health services, with nurses focusing on guidance, ongoing monitoring, and inclusion of these individuals in health promotion programs. Furthermore, humanized strategies, such as discussion groups, therapeutic groups, and educational practices based on qualified listening and bonding, have proven effective in fostering male leadership in self-care. **CONCLUSION:** Nursing, as a profession committed to comprehensive care, plays a crucial role in implementing initiatives that encourage and guide men toward sports as a therapeutic tool. It is recommended that public policies expand these initiatives and that further studies investigate practical ways to implement such strategies in the daily routine of health services.

Keywords: Mental Health, Men's Health, Physical Exercise, Nursing and Health Promotion.



ESTRATÉGIAS PREVENTIVAS PARA REDUZIR O RISCO DE LESÕES EM INDIVÍDUOS QUE PRATICAM CORRIDA DE RUA***PREVENTIVE STRATEGIES TO REDUCE RUNNING-RELATED INJURIES IN STREET RUNNERS***

Eixo Temático: Ortopedia e Traumatologia desportiva: ênfase nas medidas de prevenção e reabilitação de lesões

Josilene Sathler Andrade¹⁰ e Silvio Cesar da Conceição^{1*}

RESUMO

INTRODUÇÃO: A corrida de rua é uma prática corporal amplamente difundida em contextos urbanos, reconhecida por seus benefícios à saúde física e mental. No entanto, sua realização sem supervisão qualificada associa-se a um aumento na incidência de lesões musculoesqueléticas, cuja etiologia é multifatorial, envolvendo volume e intensidade de treino, biomecânica inadequada, uso de calçados impróprios e histórico prévio de lesões. Nesse cenário, torna-se essencial identificar estratégias preventivas que assegurem a continuidade da prática esportiva com segurança. **METODOLOGIA:** Realizou-se uma revisão integrativa da literatura, estruturada segundo a estratégia PCC, considerando como população os corredores de rua (amadores ou profissionais), como conceito as estratégias de prevenção de lesões musculoesqueléticas e, como contexto, a prática da corrida em ambientes urbanos. A busca foi conduzida de forma independente por dois pesquisadores, em maio de 2025, nas bases MEDLINE, LILACS e BDNF, via Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), utilizando descritores controlados e termos livres. Foram incluídos artigos publicados entre 2015 e 2025, nos idiomas português, inglês e espanhol, com texto completo disponível. Excluíram-se artigos de opinião, revisões narrativas, livros, teses, dissertações e documentos sem acesso integral. A seleção seguiu o modelo PRISMA, com triagem por título, resumo e leitura na íntegra dos estudos elegíveis. **RESULTADOS:** Dos dez estudos analisados, observou-se que intervenções supervisionadas – como fortalecimento geral, liberação miofascial, treino de core e quadril, e retreinamento da marcha – mostraram-se eficazes na redução de lesões, especialmente entre iniciantes com alta adesão. O treino de foot-core também apresentou efeito protetivo, enquanto abordagens tradicionais (alongamento, calçados específicos, órteses) demonstraram eficácia limitada. Fatores como lesões prévias, idade avançada, alto volume de treino e ausência de orientação estruturada foram identificados como preditores de risco. **CONCLUSÃO:** Estratégias preventivas supervisionadas e com alta adesão destacam-se na redução de lesões musculoesqueléticas em corredores de rua. Os achados reforçam a importância de programas individualizados, baseados em evidências, e da realização de estudos futuros com maior rigor metodológico para validação das intervenções.

Palavras-chave: Corredores, Lesões por Esforço Repetitivo, Prevenção de Acidentes, Enfermagem Esportiva, Educação em Saúde

¹⁰ Universidade Santa Ursula – USU, Rio de Janeiro, RJ

* silvio@conceicao@usu.edu.br



ABSTRACT

INTRODUCTION: Street running is a widely practiced physical activity in urban settings, recognized for its benefits to physical and mental health. However, when performed without qualified supervision, it is associated with an increased incidence of musculoskeletal injuries. These injuries have a multifactorial etiology involving training volume and intensity, inadequate biomechanics, improper footwear, and previous injury history. In this context, identifying preventive strategies that ensure the safe continuity of sports practice becomes essential. **METHODOLOGY:** An integrative literature review was conducted, structured according to the PCC strategy, considering street runners (amateur or professional) as the population, musculoskeletal injury prevention strategies as the concept, and urban running practice as the context. The search was carried out independently by two researchers in May 2025, using the MEDLINE, LILACS, and BDENF databases via the Virtual Health Library (VHL), with controlled descriptors and free terms. Articles published between 2015 and 2025 in Portuguese, English, and Spanish, with full text available, were included. Opinion articles, narrative reviews, books, theses, dissertations, and documents without full access were excluded. Study selection followed the PRISMA model, with screening by title, abstract, and full-text reading of eligible studies. **RESULTS:** Among the ten studies analyzed, supervised interventions—such as general strengthening, myofascial release, core and hip training, and gait retraining—proved effective in reducing injuries, especially among beginners with high adherence. Foot-core training also showed a protective effect, while traditional approaches (stretching, specific footwear, orthoses) demonstrated limited effectiveness. Factors such as previous injuries, advanced age, high training volume, and lack of structured guidance were identified as risk predictors. **CONCLUSION:** Supervised preventive strategies with high adherence stand out in reducing musculoskeletal injuries in street runners. The findings reinforce the importance of individualized, evidence-based programs and the need for future studies with greater methodological rigor to validate these interventions.

Keywords: Runners, Repetitive Strain Injuries, Accident Prevention, Sports Nursing, Health Education



**ATUAÇÃO DO ENFERMEIRO NA PREVENÇÃO DE LESÕES EM
CORREDORES DE RUA*****NURSING ROLE IN THE PREVENTION OF INJURIES IN STREET RUNNERS*****Eixo Temático: Ortopedia e Traumatologia desportiva: ênfase nas medidas de
prevenção e reabilitação de lesões**João Pedro da Conceição Mendonça¹¹, Josilene Sathler Andrade¹, Silvio Cesar da Conceição^{1*}**RESUMO**

INTRODUÇÃO: A atuação do enfermeiro na promoção da saúde e na prevenção de lesões musculoesqueléticas em corredores de rua configura-se como uma vertente emergente e promissora da prática profissional em saúde coletiva e esportiva. Tal atuação é respaldada pelas diretrizes ético-legais da profissão, notadamente pela Resolução COFEN nº 736/2024, e encontra sustentação nas evidências científicas contemporâneas. O objetivo foi relatar a aplicação do Processo de Enfermagem (PE) como estratégia para a prevenção de lesões relacionadas à corrida (LRCs). **METODOLOGIA:** Trata-se de um relato de experiência ancorado em revisão integrativa composta por dez estudos. O escopo da análise consistiu na identificação de estratégias eficazes de prevenção, com vistas à redução do risco de LRCs em praticantes de corrida de rua. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** A análise dos estudos evidenciou que a supervisão profissional contínua e a adesão a programas preventivos são elementos determinantes para o êxito das intervenções. As LRCs apresentam etiologia multifatorial, envolvendo componentes biomecânicos, volume e frequência de treino, tipo de calçado, padrão de marcha, bem como fatores subjetivos como fadiga, privação de sono, histórico prévio de lesões e desconhecimento técnico. A aplicação sistemática do PE, conforme preconiza a Resolução COFEN nº 736/2024, estende-se às ações de promoção da saúde. No contexto da corrida de rua, a etapa de coleta de dados deve contemplar o histórico de lesões, presença de dor ou fadiga, qualidade do sono, tipo de calçado, carga de treinamento e nível de conhecimento do praticante. A partir dessa anamnese, emergem diagnósticos de enfermagem como: risco de lesão, dor aguda, fadiga, padrão de sono prejudicado, conhecimento deficiente e disposição para desempenho aprimorado da saúde. O planejamento das ações de enfermagem contempla intervenções educativas voltadas à prevenção de lesões, à promoção do sono, ao treinamento funcional supervisionado e à capacitação do corredor para a autopercepção da sobrecarga. A implementação das ações pode ocorrer de forma autônoma ou integrada a uma equipe interdisciplinar, assegurando a participação ativa do enfermeiro no monitoramento clínico e na readequação contínua do plano assistencial. **CONCLUSÃO:** A utilização do Processo de Enfermagem como ferramenta estruturante possibilita a atuação competente do enfermeiro, contribuindo de maneira efetiva para a segurança, longevidade e qualidade de vida de corredores de rua.

Palavras-chave: Enfermagem, Processos de Enfermagem, Prevenção de Acidentes, Corrida, Saúde do Atleta

¹¹ Universidade Santa Ursula, USU – Rio de Janeiro, RJ

* silvio@conceicao@usu.edu.br



ABSTRACT

INTRODUCTION: The role of nurses in health promotion and the prevention of musculoskeletal injuries in street runners is emerging as a promising and expanding area of professional practice in both community and sports health. This practice is supported by the ethical-legal guidelines of the profession, particularly by COFEN Resolution No. 736/2024, and is grounded in contemporary scientific evidence. The objective was to report on the application of the Nursing Process (NP) as a strategy for preventing running-related injuries (RRIs). **METHODOLOGY:** This is an experience report based on an integrative review composed of ten studies. The scope of the analysis consisted of identifying effective preventive strategies aimed at reducing the risk of RRIs in individuals who practice street running. **RESULTS AND DISCUSSION:** The analysis revealed that continuous professional supervision and adherence to preventive programs are key elements for the success of interventions. RRIs have a multifactorial etiology involving biomechanical components, training volume and frequency, type of footwear, gait pattern, as well as subjective factors such as fatigue, sleep deprivation, prior injury history, and lack of technical knowledge. The systematic application of the NP, as advocated by COFEN Resolution No. 736/2024, extends to health promotion actions. In the context of street running, the data collection phase should include the injury history, presence of pain or fatigue, sleep quality, footwear type, training load, and the runner's level of knowledge. Based on this assessment, nursing diagnoses may include: risk for injury, acute pain, fatigue, disturbed sleep pattern, deficient knowledge, and readiness for enhanced health performance. The planning phase includes educational interventions aimed at injury prevention, sleep promotion, supervised functional training, and empowering the runner to recognize signs of overload. Implementation may occur autonomously or within an interdisciplinary team, ensuring the nurse's active participation in clinical monitoring and ongoing reassessment of the care plan. **CONCLUSION:** The use of the Nursing Process as a structuring tool enables competent nursing practice, effectively contributing to the safety, longevity, and quality of life of street runners.

Keywords: Nursing, Nursing Process, Accident Prevention, Running, Athlete's Health



Resumos

DESENVOLVIMENTO DE ASSISTENTE VIRTUAL PARA PREVENÇÃO DE LESÕES EM CORREDORES DE RUA

DEVELOPMENT OF A VIRTUAL ASSISTANT FOR INJURY PREVENTION IN STREET RUNNERS

Eixo Temático: Ortopedia e Traumatologia desportiva: ênfase nas medidas de prevenção e reabilitação de lesões

Vitória Rosa de Lima^{12 1}, Acadêmica de Enfermagem¹, Josilene Sathler Andrade¹, Silvio Cesar da Conceição^{1*}

RESUMO

INTRODUÇÃO: Lesões musculoesqueléticas em corredores de rua representam um desafio frequente, especialmente entre praticantes amadores que não contam com acompanhamento especializado. Nesse cenário, tecnologias baseadas em inteligência artificial podem oferecer suporte acessível, educativo e personalizado. **OBJETIVO:** Relatar a experiência de desenvolvimento e implementação do assistente virtual PrevCorridaAI, baseado em evidências científicas, com foco na prevenção de lesões em corredores de rua. **MÉTODO:** Trata-se de um relato de experiência referente à criação de um assistente conversacional alimentado exclusivamente por dados provenientes de uma revisão integrativa da literatura, composta por dez estudos publicados entre 2015 e 2025. A base de conhecimento foi cuidadosamente organizada para evitar inferências não suportadas por evidências, com foco em intervenções eficazes como treino de força supervisionado, liberação miofascial e retreinamento da marcha. **RESULTADOS/DISCUSSÃO:** O PrevCorridaAI foi treinado para responder apenas com base nos dados da revisão, informando o usuário quando a pergunta extrapola os achados disponíveis. Além disso, foram incluídas perguntas orientadoras para facilitar a interação. A experiência revelou que, mesmo com linguagem simples, o assistente pode disseminar boas práticas preventivas com clareza e segurança. Ressalta-se a importância da curadoria manual dos conteúdos e da definição clara de limites éticos para a atuação de sistemas inteligentes no cuidado em saúde. **CONCLUSÃO/CONSIDERAÇÕES FINAIS:** A experiência de construção do PrevCorridaAI mostra-se promissora para apoiar corredores, enfermeiros e educadores físicos na prevenção de lesões, utilizando recursos tecnológicos acessíveis e baseados em evidência. A iniciativa reforça o potencial da enfermagem na liderança de projetos inovadores de saúde digital voltados à prática esportiva segura.

Palavras-chave: Corrida, Prevenção de Acidentes, Inteligência Artificial, Saúde Digital, Enfermagem.

ABSTRACT

INTRODUCTION: Musculoskeletal injuries in street runners are a common challenge, especially among amateur runners who lack professional supervision. In this context, technologies based on artificial intelligence can offer accessible, educational, and

¹² Universidade Santa Ursula, USU – Rio de Janeiro, RJ

* silvio@conceicao@usu.edu.br



Resumos

personalized support. **OBJECTIVE:** To report the experience of developing and implementing virtual assistant PrevCorridaAI, based on scientific evidence, focused on the prevention of injuries in street runners. **METHOD:** This is an experience report concerning the creation of a conversational assistant powered exclusively by data obtained through an integrative literature review composed of ten studies published between 2015 and 2025. The knowledge base was carefully structured to avoid unsupported inferences, focusing on effective interventions such as supervised strength training, myofascial release, and gait retraining. **RESULTS/DISCUSSION:** PrevCorridaAI was trained to respond strictly based on the findings of the review, informing the user when a question goes beyond the available evidence. Additionally, guiding questions were incorporated to improve user interaction. The experience showed that, even with simple language, the assistant can disseminate preventive best practices clearly and safely. The importance of manual content curation and clearly defined ethical boundaries for intelligent systems in health care was highlighted. **CONCLUSION/FINAL CONSIDERATIONS:** The experience of building PrevCorridaAI is promising in supporting runners, nurses, and physical educators in injury prevention, using accessible and evidence-based technological resources. The initiative reinforces the potential of nursing in leading innovative digital health projects aimed at safe sports practice.

Keywords: Running, Accident Prevention, Artificial Intelligence, Digital Health, Nursing.





thesis editora
científica

