



## LESÕES NO TENIS DE PRAIA: UMA REVISÃO NARRATIVA

Gabriel Salviano Couto<sup>1</sup>, Allan Vinícius Sampaio Gomes<sup>2</sup>

O tênis de praia (TP) ou Beach tennis (BT), que se refere ao termo em inglês utilizado de forma mais comum entre praticantes, tendo em vista o BT sendo um esporte elitizado, teve seus primeiros registros no Brasil em 2008, posteriormente, se tornando mais divulgado e praticado a partir do ano de 2020, com diversos públicos de diferentes idades. Apesar de proporcionar inúmeros benefícios no âmbito biopsicossocial, o respectivo esporte se não praticado com um volume, frequência e intensidade adequada, pode ocasionar comorbidades relacionadas principalmente a lesões musculoesqueléticas, acarretando assim o abandono precoce da modalidade. O presente estudo objetivou fazer uma revisão da literatura, acerca das lesões e das regiões mais afetada pelas mesmas, que acometem os praticantes da modalidade através de uma metodologia narrativa. A busca de artigos foi feita nas plataformas PubMed, Scielo e Google acadêmico. Para as buscas nas plataformas foram utilizados descritores "Beach tennis", "injuries", "musculoskeletal injuries", "incidence", "epidemiology". Posteriormente, para o google acadêmico, foram utilizados os descritores "tênis de praia", "lesões", "prevalência", "incidência". Os filtros utilizados para a busca dos trabalhos foram, "últimos 10 anos", "estudos observacionais", "texto completo gratuito" em "português" ou "inglês", "Adulto". O critério de inclusão se baseou em artigos que possuíam relação com o objetivo, critério de exclusão adotado foram artigos duplicatas, relatos de caso e artigos de revisão. Foram selecionados 15 artigos, após uma leitura crítica na íntegra, foram incluídos 10 trabalhos. Ao analisar os trabalhos selecionados foi observado que, o BT trouxe com sua expansão exponencial uma grande incidência de lesões nos praticantes, sendo relacionada a fatores como idade, frequência semanal praticada, quantidade de horas praticada, nível de experiência e índice de massa corporal. As principais partes do corpo lesionados com a prática do BT, foram as articulações de cotovelo, joelho e ombro, sendo o ombro a região mais acometida. Logo, conclui-se que a literatura atual mostra uma grande relação da prática mal estruturada do BT com incidência de lesões nas regiões do cotovelo, ombro e joelho dos praticantes. Por fim, a falta de estudos experimentais pode ser considerada uma limitação.

**Palavras-chave:** Tênis de praia. Lesões. Incidência.

<sup>1</sup> Centro Universitário Leão Sampaio, email: Gabriel.salviano265@gmail.com

<sup>2</sup> Centro Universitário Leão Sampaio, email: allangomes@leaosampaio.edu.br