

## ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM NAS LESÕES DE ATLETAS

NURSING CARE FOR ATHLETE INJURIES

ATENCIÓN DE ENFERMERÍA PARA LESIONES DE ATLETAS

Leonardo Castilho Krüger<sup>1</sup>

Robert Grossi Pereira Nicolas<sup>2</sup>

Kevin Rodrigues Rosendo<sup>3</sup>

Wanderson Alves Ribeiro<sup>4</sup>

Felipe de Castro Felicio<sup>5</sup>

Leonardo Michel Corrêa de Barros<sup>6</sup>

**RESUMO:** A Enfermagem Desportiva, reconhecida oficialmente pelo COFEN 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 pouca visibilidade, ausência de protocolos específicos e recursos limitados. Esses fatores comprometem a qualidade e a continuidade da assistência prestada aos atletas em diferentes contextos esportivos. O objetivo geral desta pesquisa é analisar a atuação da enfermagem na assistência e reabilitação de atletas com lesões esportivas. Este estudo adotou uma revisão integrativa da literatura com abordagem qualitativa, realizada entre agosto de 2024 e junho de 2025, utilizando o método PICo. As lesões esportivas, como entorses, distensões musculares, fraturas e luxações, exigem, portanto, assistência de enfermagem especializada para o manejo da dor, imobilização e suporte emocional. Além disso, o enfermeiro aplica protocolos como o P.R.I.C.E. e acompanha a reabilitação, orientando sobre repouso e fortalecimento muscular. Além do cuidado físico, também oferece suporte psicológico para garantir uma recuperação completa. Ademais, a prevenção envolve educação sobre práticas seguras, uso correto de equipamentos e monitoramento contínuo do atleta. Conclui-se que a enfermagem esportiva desempenha papel essencial ao cuidar tanto do corpo quanto das emoções dos atletas, promovendo prevenção e recuperação eficazes. Apesar dos desafios, como a falta de protocolos específicos e capacitação, o investimento em educação e pesquisa fortalece a área, garantindo um cuidado integral e multidisciplinar.

328

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

<sup>1</sup>Discente, Universidade Iguaçu.

<sup>2</sup>Enfermeiro.

<sup>3</sup>Discente, Universidade Iguaçu.

<sup>4</sup>Enfermeiro; Mestre, Doutor e Pós-doutorando em Ciências do Cuidado em Saúde pelo PACCAS/Universidade Federal Fluminense (UFF); Docente na graduação em enfermagem da Universidade Iguaçu (UNIG).

<sup>5</sup>Enfermeiro Especialista em Saúde da Família pela UERJ / Urgência e Emergência pela UNINTER / Enfermagem Obstétrica pela FABA / Enfermagem do Trabalho pela UNINTER/ MBA Executivo em Gestão em Saúde pela UCAM / Mestre em Ciências Médicas pela UFF.

<sup>6</sup>Enfermeiro; Mestre pelo Programa de Pós-graduação em Enfermagem da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (PPGENF/Faculdade de Enfermagem da UERJ); Docente na Graduação de Enfermagem da Universidade Iguaçu (UNIG).

**ABSTRACT:** Sports Nursing, officially recognized by COFEN in 2019, is a specialty that aims to promote, prevent, and restore the health of athletes. This area significantly expands the field of nursing practice, covering everything from emergency care to physical rehabilitation and psychosocial support. However, despite advances and growing importance, the specialty still faces obstacles such as poor visibility, lack of specific protocols, and limited resources. These factors compromise the quality and continuity of care provided to athletes in different sports contexts. The general objective of this research is to analyze the role of nursing in the care and rehabilitation of athletes with sports injuries. This study adopted an integrative literature review with a qualitative approach, carried out between August 2024 and June 2025, using the PICo method. Sports injuries, such as sprains, muscle strains, fractures, and dislocations, therefore require specialized nursing care for pain management, immobilization, and emotional support. In addition, nurses apply protocols such as P.R.I.C.E. and monitors rehabilitation, providing guidance on rest and muscle strengthening. In addition to physical care, it also offers psychological support to ensure a full recovery. Furthermore, prevention involves education on safe practices, correct use of equipment and continuous monitoring of the athlete. It is concluded that sports nursing plays an essential role in caring for both the body and emotions of athletes, promoting effective prevention and recovery. Despite the challenges, such as the lack of specific protocols and training, investment in education and research strengthens the area, ensuring comprehensive and multidisciplinary care.

**Keywords:** Sports Medicine. Injuries in Athletes. Nursing Care.

**RESUMEN:** La Enfermería Deportiva, reconocida oficialmente por el COFEN en 2019, es una especialidad que busca promover, prevenir y restaurar la salud de los deportistas. Esta área amplía significativamente el campo de la práctica enfermera, abarcando desde la atención de urgencias hasta la rehabilitación física y el apoyo psicosocial. Sin embargo, a pesar de los avances y su creciente importancia, la especialidad aún enfrenta obstáculos como la poca visibilidad, la falta de protocolos específicos y la limitación de recursos. Estos factores comprometen la calidad y la continuidad de la atención brindada a los deportistas en diferentes contextos deportivos. El objetivo general de esta investigación es analizar el rol de la enfermería en la atención y la rehabilitación de deportistas con lesiones deportivas. Este estudio adoptó una revisión bibliográfica integradora con un enfoque cualitativo, realizada entre agosto de 2024 y junio de 2025, utilizando el método PICo. Por lo tanto, las lesiones deportivas, como esguinces, distensiones musculares, fracturas y luxaciones, requieren atención de enfermería especializada para el manejo del dolor, la inmovilización y el apoyo emocional. Además, el personal de enfermería aplica protocolos como P.R.I.C.E. y supervisa la rehabilitación, brindando orientación sobre el descanso y el fortalecimiento muscular. Además del cuidado físico, también ofrece apoyo psicológico para asegurar una recuperación completa. Asimismo, la prevención implica la educación sobre prácticas seguras, el uso correcto del equipamiento y la monitorización continua del deportista. Se concluye que la enfermería deportiva desempeña un papel esencial en el cuidado tanto del cuerpo como de las emociones de los deportistas, promoviendo una prevención y una recuperación eficaces. A pesar de los desafíos, como la falta de protocolos y formación específicos, la inversión en formación e investigación fortalece el área, garantizando una atención integral y multidisciplinaria.

329

**Palabras clave:** Medicina Deportiva. Lesiones en Deportistas. Atención de Enfermería.

## INTRODUÇÃO

A Enfermagem consolidou-se como profissão de saúde a partir da segunda metade do século XIX, com destaque para a atuação de Florence Nightingale, que transformou o cuidado empírico em uma prática especializada. Antes disso, os cuidados eram realizados por pessoas com diferentes formações e em contextos diversos. Com Nightingale, a Enfermagem passou a exigir formação técnica e científica, fundamentada no conhecimento sistematizado. Esse avanço marcou uma nova fase para a profissão, conferindo-lhe reconhecimento social (Domenis *et al.*, 2022).

Dentro dessa evolução, surge a Enfermagem Desportiva como uma área de atuação especializada, voltada para a promoção, prevenção e recuperação da saúde de indivíduos que praticam atividades físicas, sejam eles atletas amadores ou profissionais de alto rendimento, como jogadores de futebol, atletas olímpicos, fisiculturistas, entre outros (Abrantes; Vieira, 2023).

A Enfermagem no esporte, embora ainda pouco explorada no imaginário comum sobre a profissão, já é realidade em diversas instituições esportivas. O enfermeiro desportivo atua de forma direta na prevenção de lesões, no atendimento a situações de emergência, na reabilitação física e no suporte psicossocial dos atletas, ampliando o escopo da Enfermagem para além dos hospitais e unidades básicas de saúde (Capraro; Freitas Junior, 2020). 330

Essa ampliação de campo reflete um movimento cada vez mais presente entre profissionais de Enfermagem que buscam alternativas para exercer sua profissão de maneira menos limitada, enfrentando desafios impostos pelas estruturas tradicionais de trabalho. Estudos demonstram que há uma crescente valorização do profissional enfermeiro em áreas não convencionais, como a esportiva, onde suas competências são fundamentais e vêm sendo cada vez mais reconhecidas (Backes *et al.*, 2021).

Entre as competências do enfermeiro desportivo estão: realizar curativos e imobilizações, aplica protocolos de atendimento como o P.R.I.C.E. (proteção, repouso, gelo, compressão e elevação). Ademais, administra medicamentos respeitando os critérios antidoping e realiza a aferição de sinais vitais. Além disso, orienta os atletas no pré e pós-operatório e promove ações educativas sobre saúde e bem-estar. Por conseguinte, participaativamente da construção de estratégias terapêuticas junto à equipe multiprofissional (Mendes; Silveira; Galvão, 2008).

Nesse cenário, a consulta de enfermagem surge como uma ferramenta essencial para avaliar queixas, definir diagnósticos e propor intervenções personalizadas. Essas ações têm papel decisivo não só na recuperação física, mas também na manutenção da saúde mental e emocional dos atletas, contribuindo para sua performance e qualidade de vida (Estrela, 2018).

A regulamentação dessa especialidade ocorreu de forma significativa em 2019, quando o Conselho Federal de Enfermagem (COFEN) revisou a Resolução nº 581/2018, reconhecendo oficialmente a Enfermagem Esportiva como uma área de atuação e especialização. Essa decisão institucionalizou e valorizou ainda mais o papel do enfermeiro em ambientes como clubes, academias e centros esportivos, consolidando seu protagonismo em um campo promissor e dinâmico (COFEN, 2019).

Apesar dos avanços na inserção da enfermagem no cenário esportivo, ainda existem desafios importantes que comprometem a qualidade da assistência oferecida. A escassez de protocolos clínicos específicos para a enfermagem esportiva e a falta de especialização formal dificultam a atuação do enfermeiro nessa área. Além disso, a limitação de recursos materiais e estruturais nos locais de prática esportiva cria obstáculos para intervenções eficazes (Lucas, 2024).

Outro desafio relevante é a pouca visibilidade da enfermagem dentro do meio esportivo, o que contribui para o subaproveitamento das competências técnicas e humanas do enfermeiro. A falta de reconhecimento limita o seu espaço de atuação e reduz a possibilidade de contribuir de forma mais expressiva para o bem-estar dos atletas (Heidemann, 2017).

A ausência de uma assistência qualificada e contínua pode acarretar graves consequências para o atleta lesionado. Tratamentos inadequados, falta de orientações corretas ou o retorno precoce às atividades físicas podem agravar a lesão, gerar novas complicações e atrasar o processo de reabilitação. Tais situações não apenas prejudicam o desempenho esportivo, mas também colocam em risco a saúde e a carreira do atleta, podendo levar a afastamentos prolongados ou definitivos (Magalhães, 2009).

Justifica-se, portanto, estudar a atuação da enfermagem no contexto esportivo, pois existe uma clara escassez de pesquisas que abordem esse campo específico, revelando uma importante lacuna no conhecimento tanto acadêmico quanto profissional. A qualificação do cuidado prestado aos atletas é essencial para garantir a prevenção, o tratamento eficaz e a reabilitação adequada das lesões esportivas (Nogueira, 2023).

Quanto à contribuição, destaca-se que esta pesquisa poderá auxiliar na construção de conhecimentos específicos sobre a atuação da enfermagem em lesões esportivas, beneficiando

tanto a prática profissional quanto a formação acadêmica. Espera-se que os resultados promovam a melhoria da assistência ao atleta, proporcionando um cuidado mais qualificado, contínuo e integrado, o que contribui para a segurança, a recuperação plena e a qualidade de vida dos esportistas (Santos *et al.*, 2022).

Dante disso, o estudo busca responder às seguintes questões norteadoras: quais são as principais lesões esportivas que exigem cuidados específicos de enfermagem? De que maneira as ações da enfermagem contribuem para a recuperação do atleta e a prevenção de novas lesões?

O objetivo geral desta pesquisa é analisar a atuação da enfermagem na assistência e reabilitação de atletas com lesões esportivas. Para tanto, os objetivos específicos são: Identificar as principais lesões esportivas que demandam assistência de enfermagem; avaliar as intervenções de enfermagem utilizadas na recuperação e prevenção de novas lesões em atletas.

## METODOLOGIA

Este estudo fundamentou-se em uma revisão integrativa da literatura, com abordagem de natureza qualitativa e classificação de pesquisa de finalidade básica pura, com objetivos descritivos e modalidade bibliográfica, conforme proposto por Estrela (2018). A análise foi realizada no período de agosto de 2024 a junho de 2025, adotando-se o método PICo, no qual os componentes foram definidos da seguinte forma: P – Atletas com lesões esportivas; I – Intervenções de enfermagem na assistência e reabilitação; Co – Atuação da enfermagem no contexto esportivo.

332

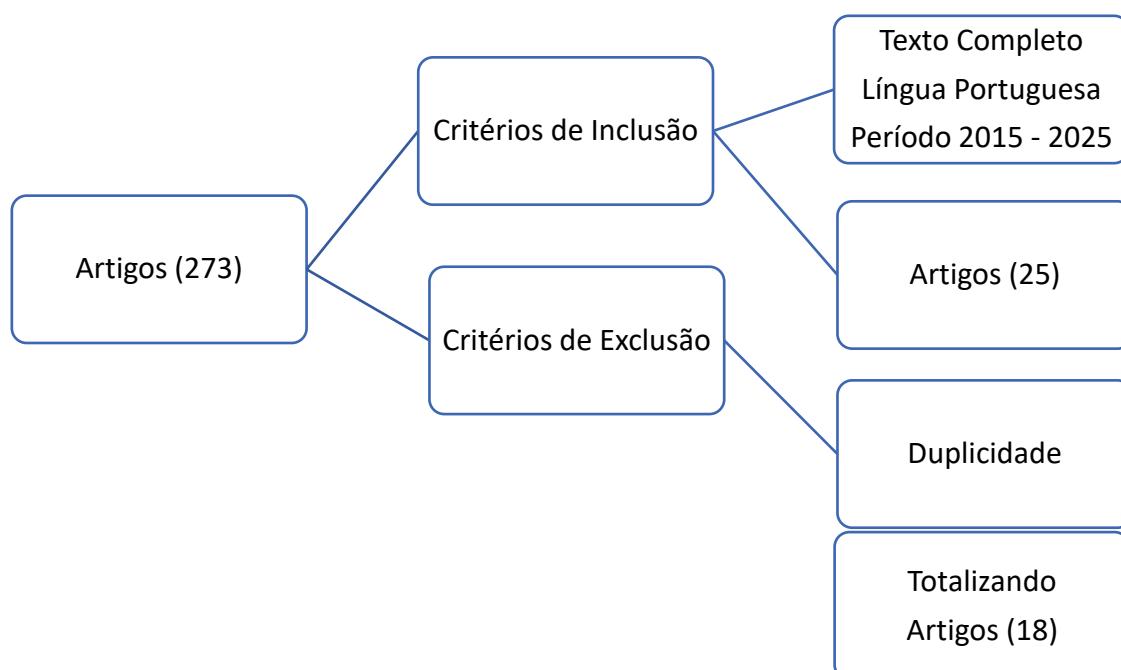
A revisão integrativa desempenha um papel essencial na consolidação do conhecimento científico e na prática baseada em evidências, ao permitir uma análise sistemática e crítica dos estudos disponíveis sobre determinado tema. Como destacam Mendes, Silveira e Galvão (2008), esse tipo de revisão visa sintetizar o saber existente, identificar lacunas no conhecimento e fornecer subsídios para a tomada de decisões clínicas mais assertivas. No contexto das lesões esportivas, esse método possibilita compreender como a enfermagem tem contribuído para o cuidado e reabilitação de atletas, bem como aponta caminhos para o aprimoramento da prática profissional nessa área.

Além disso, a revisão integrativa viabiliza uma análise aprofundada das intervenções já aplicadas, promovendo reflexões que favorecem a implementação de estratégias mais eficazes no cuidado ao atleta lesionado. Ao traduzir o conhecimento acadêmico para a prática clínica, a metodologia reforça o papel do enfermeiro na equipe multiprofissional do esporte,

especialmente no que se refere à prevenção, assistência imediata e reabilitação segura, assegurando a continuidade do desempenho esportivo com qualidade de vida.

Para a realização da presente revisão, foram utilizadas as bases de dados Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Google Acadêmico, empregando-se os descritores: “Medicina Esportiva” AND “Lesões em Atletas” AND “Assistência de Enfermagem”. Inicialmente, foram encontrados 273 artigos. Após aplicação dos critérios de seleção – como a leitura dos resumos, análise da disponibilidade em texto completo, recorte temporal (2015 a 2025), idioma (português), e pertinência ao tema –, foram selecionados 25 artigos. Os critérios de exclusão incluíram publicações em outros idiomas, fora do recorte temporal ou sem acesso ao texto completo. Ao final, 18 artigos compuseram o corpus da análise, por atenderem de forma mais precisa aos objetivos da pesquisa.

**Fluxograma – Seleção de estudos para revisão de literatura**



333

## RESULTADO

Título / Autores	Ano	Objetivos	Resultados
LUCAS, F / Desenvolvimento de uma plataforma móvel digital para auxílio de alunos de medicina sobre medicina esportiva.	2024	O objetivo do presente estudo foi desenvolver uma plataforma digital sobre Medicina Esportiva que facilite a prática cotidiana e ensino dos acadêmicos de Medicina. Participaram da pesquisa 35 alunos do Curso de Medicina do Centro	Em relação ao questionário de usabilidade com a escala SUS, a média obtida do escore nas respostas foi superior a 80%, demonstrando alta usabilidade. Já a aceitabilidade obteve média do escore total de 98,08 ± 2,67 demonstrando excelente aceitabilidade de acordo com o TAM.

		Universitário Christus (Unichristus).	
ABRANTES, N. J. M. N.; VIEIRA, C. M / A Reabilitação do Atleta de Futsal com Entorse do Tornozelo: Estudo Descritivo.	2023	Que os enfermeiros conheçam o papel da enfermagem no desporto através da sua contextualização histórica	Criação de ambientes saudáveis; potencialização de pessoas; empoderamento da comunidade; fortalecimento das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) e do SUS; colaboração para transformação de cursos, formando para o SUS; reorientação dos serviços da saúde; estímulo ao espírito crítico-reflexivo; entrelaçamento de saberes populares e acadêmicos; produção científica (artigos, trabalhos de conclusão, dissertações, teses)
ANTUNES, N / A enfermagem na federação portuguesa de judo	2023	Mapear a evidência científica que aborde o desporto adaptado na autoestima do atleta com incapacidade motora.	Foram analisadas 58 ocorrências, tendo ocorrido 28% no sexo feminino e 72% no sexo masculino.
NOGUEIRA, N / A Responsabilidade Social Associada À Enfermagem Do Desporto Num Clube.	2023	Abordar a intervenção do Enfermeiro do Desporto inserido num desportivo, destacando a sua responsabilidade social na relação com a comunidade, com foco na atuação do enfermeiro no Clube Recreativo Leões de Porto Salvo e no seu papel nos projetos comunitários desenvolvidos pelo clube.	Evidenciou-se que a presença do Enfermeiro do Desporto no Clube Recreativo Leões de Porto Salvo é fundamental para a promoção da saúde, educação para a saúde e acompanhamento dos jovens atletas e da comunidade. A atuação deste profissional contribui significativamente para o bem-estar físico, psicológico e social dos praticantes de atividades desportivas, demonstrando a importância de sua integração em projetos sociais e a necessidade de maior investimento e reconhecimento na área da Enfermagem do Desporto.
PEREIRA, R.; BASTOS, C / Enfermeiro Na Prevenção Do Uso Indiscriminado De Esteroides Anabolizantes	2023	O presente artigo de revisão tem o objetivo de discutir os fatores de risco relacionados com a utilização indevida dos esteróides anabolizantes.	Os primeiros testes com os esteróides foram feitos a fim de tratar enfermidades, em seguida, foi usado para ganho de força e aumento massa muscular, na segunda guerra para dar disposição aos soldados, e no tempo atual é usado para fins estéticos. Contudo, os esteróides anabólicos podem trazer resultados destrutivos que não conseguem voltar atrás dos danos que causa no corpo, no qual será afetado órgãos e sistemas.
DOMENIS, L. A. M.; DAHER, D. V.; ALMEIDA, B. S. S.; SILVEIRA, E. A.; ANTUNES, J. M.; FERRARI, M. F. M / Gestão do Cuidado de Enfermagem ao atleta com lesão musculoesquelética: Uma experiência dos Centros de	2022	Relatar a experiência do cuidado de enfermagem a atletas com lesões musculoesqueléticas em Centros de Atendimento Especializados (CAE) em Traumatologia e Ortopedia.	O cuidado de enfermagem em Centros de Atenção Especializada ressignifica a assistência prestada a atletas com lesões musculoesqueléticas, contribuindo para a redução da cinesifobia e seu retorno às atividades esportivas. O fluxo de atendimento preconiza o enfermeiro como referência no cuidado a essa clientela, favorecendo a inter-relação atleta-família-profissional.

Atenção Especializada em Traumatologia e Ortopedia.			
PEREIRA, R. F.; VIEIRA, F. S. F / Enfermagem E Futebol De Alto Rendimento: Uma Revisão Sistemática Da Literatura	2022	O objetivo deste trabalho foi realizar uma Revisão de Sistemática sobre “Enfermagem e futebol de alto rendimento”. A revisão ocorreu na primeira semana de agosto de 2022, sendo utilizado a base de dados do google acadêmico.	A revisão de literatura resultou em poucos trabalhos, demonstrando ainda este ano que é necessário que haja maior valorização sobre o papel do Enfermeiro nesse campo de atuação diante da importância desse profissional para obter resultados mais satisfatórios para toda a equipe que envolve o futebol e alto rendimento.
SANTOS, J. C. O.; SILVA, W. A.; MERCÉS, G. S.; CRUZ, M. S.; FONSECA, L. S.; FERREIRA, L. L. L.; CARVALHO, B. C.; MATOS, T. S / Atuação Do Profissional De Enfermagem Esportiva: Uma Breve Revisão.	2022	Este estudo objetiva sintetizar o conhecimento sobre a atuação do profissional de enfermagem dentro da oferta de cuidados no contexto esportivo.	Foi observado que a enfermagem atua intervindo e orientando os praticantes de atividade física sobre suas queixas, coletam histórico, promovem orientações e encaminhamentos necessários. A enfermagem também se envolve nas ações de reabilitação e nas urgências e emergências esportivas de maneira a conseguir identificar as reais necessidades de saúde e orientar para um acompanhamento ou tratamento adequado.
BACKES, D. S.; BACKES, M. S.; ERDMANN, A. L.; BUSCHER, A. O / Papel Profissional Do Enfermeiro No Sistema Único De Saúde: Da Saúde Comunitária À Estratégia De Saúde Da Família.	2021	Objetiva-se, com este trabalho, possibilitar um olhar retrospectivo do papel profissional do enfermeiro no Sistema Único de Saúde brasileiro, bem como compreender o significado de sua prática social neste campo de discussões e significações teórico-práticas.	O SUS é reconhecido e ressaltado pelos entrevistados como um dos maiores sistemas de mobilização social, pelo acesso, cobertura e garantia da continuidade pela integração com os diversos setores e às diversas políticas sociais.
PELEGRINOTTI , I. L / Atividade Física E Esporte: A Importância No Contexto Saúde Do Ser Humano.	2020	Discutir a importância da atividade física e do esporte como práticas essenciais para a saúde e a qualidade de vida do ser humano, analisando seus aspectos biológicos, psicológicos e sociais, bem como os desafios relacionados à sua apropriação pela sociedade e pelos meios de comunicação.	Os estudos apresentados reforçam a necessidade de uma abordagem crítica e científica sobre essas práticas, visando uma orientação adequada, livre de interesses comerciais, que contribua para o bem-estar físico, mental e social da população.
URQUIZA, A. M.; FERREIRA, J. P; BIESEN, D. V. / Athletic identity and self-esteem among active and retire Paralympic athletes.	2018	O objetivo deste estudo foi fornecer mais informações sobre a transição do esporte de elite, avaliando e comparando a extensão da IA e da autoestima em um grupo ativo (GA) e um grupo aposentado (GR) de atletas paralímpicos.	As pontuações do AI foram significativamente menores no RG ( $44,6 \pm 9,6$ ) em comparação ao AG ( $49,4 \pm 8,9$ ); $t(82) = 2,36$ , $p = 0,021$ , $d = 0,51$ . Não foram encontradas diferenças na autoestima entre RG e AG; no entanto, dentro do RG, os atletas que se aposentaram involuntariamente ( $21 \pm 7,1$ ) tiveram

			pontuações de autoestima significativamente menores do que aqueles que se aposentaram voluntariamente ( $25,2 \pm 4,2$ ); $t(39) = 2,04$ , $p = 0,049$ , $d = 0,73$ .
SILVA, M. S. O.; SILVEIRA, G. E. O.; PEREIRA, G. A. S.; NASCIMENTO, F. C.; CARVALHO, P. S. C.; SILVA, G. C.; PIMENTEL, R. S.; FERREIRA, M. S / A Importância Da Atuação Do Profissional De Enfermagem No Futebol	2018	Neste estudo objetivou-se realizar uma revisão de literatura acerca da importância da atuação do profissional de enfermagem na promoção de saúde dentre os praticantes de futebol.	Os estudos existentes mostram que o Enfermeiro pode atuar nos mais diversos campos esportivos, inclusive o do futebol por ter em sua formação o amplo conhecimento das áreas de anatomia, fisiologia e bioquímica, indispensáveis na construção da terapêutica clínica de um jogador. Dentre as habilidades a serem desenvolvidas pelo profissional Enfermeiro, a literatura cita as de caráter preventivo; emergenciais e restauradores; imobilizações; curativos; administração de medicamentos; prevenção de lesões; tratamento de lesões aplicando o protocolo P.R.I.C.E. (pressão, restrição momentânea de movimento, gelo, compressão e elevação); orientação pré e pós-operatória do atleta; realizar medidas antropométricas; aferir sinais vitais; realizar crioterapia; orientação antidoping (efeitos colaterais) e auxílio na conduta terapêutica junto a equipe multiprofissional.
HEIDEMANN, M / A enfermagem esportiva: proposta de consulta de enfermagem em academia de ginástica e musculação.	2017	Os objetivos básicos desse trabalho são: identificar do enfermeiro numa academia de ginástica e musculação, como elemento que, através da consulta de enfermagem, detecta problemas, orienta e dirige as atividades físicas em equipe com professores de educação física. Provar a necessidade de os alunos obterem esclarecimentos quanto ao funcionamento de seu organismo e prevenir doenças decorrentes da má observação de regras básicas do exercício físico. Debater a atividade de Enfermagem Esportiva e seu vasto campo de trabalho.	Dos indivíduos tabagistas 76% apresentam disprteia, hipotensão arterial.
SODER, R. M.; ERDMANN, A. L.; SILVA, L. A. A.; OLIVEIRA, I. C / Cuidado Em Saúde E Enfermagem No Voleibol: Revisão Integrativa.	2017	O objetivo da investigação foi analisar os artigos que abordam o tema do cuidado de saúde e enfermagem ao atleta de alto rendimento de voleibol, publicados em periódicos nacionais e internacionais.	Os resultados encontrados foram 687 artigos, destes, 49 foram pré-selecionados por meio da leitura dos resumos, e a partir da leitura na íntegra dos 49 artigos, 17 artigos foram selecionados.

MENDES, K. D. S.; SILVEIRA, R. C. C. P.; GALVÃO, C. M / Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem.	2008	Assim, o objetivo do estudo foi apresentar os conceitos gerais e as etapas para a elaboração da revisão integrativa, bem como aspectos relevantes sobre a aplicabilidade deste método para a pesquisa na saúde e enfermagem.	A prática baseada em evidências (PBE) tem como propósito principal incentivar a utilização de resultados de pesquisas na assistência à saúde, promovendo cuidados mais qualificados e com melhor custo-benefício. Essa abordagem fundamenta-se na integração da melhor evidência científica disponível, da competência clínica do profissional e dos valores e preferências do paciente, considerando o contexto do cuidado. Para tanto, exige-se do profissional de saúde, especialmente do enfermeiro, habilidades para buscar, interpretar e aplicar esses conhecimentos científicos à prática clínica. Nesse contexto, destacam-se os métodos de revisão de literatura como ferramentas fundamentais para a PBE, com ênfase na revisão sistemática e na revisão integrativa.
---	------	--	--

Produção dos autores (2025)

## DISCUSSÃO

### 4.1 PRINCIPAIS LESÕES ESPORTIVAS QUE DEMANDAM ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM

337

As lesões esportivas são comuns e podem variar de simples distensões a traumas graves, exigindo uma assistência de enfermagem especializada e eficiente. Entre as lesões mais frequentes, destacam-se as entorses, que ocorrem quando há o estiramento ou rompimento dos ligamentos em torno das articulações. Essas lesões demandam cuidados imediatos, como a aplicação do protocolo P.R.I.C.E. (proteção, repouso, gelo, compressão e elevação), para minimizar o edema e a dor, além de prevenir complicações futuras (Pellegrinotti, 2020).

Outra lesão bastante recorrente é a distensão muscular, que consiste em um alongamento exagerado ou ruptura das fibras musculares, geralmente causada por esforços intensos e movimentos bruscos. A enfermagem tem papel importante no manejo da dor, na aplicação de técnicas para redução do processo inflamatório e na monitorização da evolução clínica. Além disso, o enfermeiro deve orientar o paciente sobre o repouso adequado e a importância do fortalecimento muscular progressivo para evitar novas ocorrências (Weinberg; Gould, 2017).

Representando uma categoria séria de lesões esportivas, as fraturas são caracterizadas pela quebra do osso, geralmente resultantes de impactos ou quedas. O cuidado de enfermagem nesse caso começa no atendimento emergencial, com imobilização correta do membro afetado

para evitar maiores danos. O enfermeiro também monitora sinais vitais, controla a dor e presta suporte emocional ao atleta, que pode enfrentar um período prolongado de afastamento (Pereira; Vieira, 2023).

Luxações são outro tipo de lesão comum, onde ocorre o deslocamento das articulações, causando dor intensa e perda de função. O enfermeiro deve agir rapidamente para estabilizar a área afetada, aliviar o sofrimento do paciente e auxiliar no transporte seguro até o serviço de saúde. Após o atendimento inicial, é responsável por acompanhar a recuperação, estimular a mobilização progressiva conforme recomendação médica e promover cuidados que evitem a rigidez articular e outras sequelas (Urquiza; Ferreira; Biesen, 2018).

Outro tipo comum, são lesões ligamentares, como a ruptura do ligamento cruzado anterior (LCA), são comuns em esportes de contato e de alta intensidade. Essas lesões demandam uma abordagem multidisciplinar, na qual o enfermeiro desempenha um papel fundamental no preparo pré-operatório e no acompanhamento pós-cirúrgico. A monitorização da cicatrização, o controle da dor e a orientação para o cumprimento rigoroso das fases de reabilitação são atribuições essenciais do profissional (Pereira; Bastos, 2023).

Além das lesões musculoesqueléticas, os traumas crânioencefálicos, como as concussões, representam um risco significativo em esportes como futebol, rugby e artes marciais. A enfermagem tem o papel crucial de realizar uma avaliação rápida e detalhada dos sinais e sintomas, como confusão mental, vômitos e perda de consciência, que indicam gravidade. O acompanhamento contínuo é vital para prevenir sequelas graves e garantir o retorno seguro do atleta às atividades esportivas (Comin, 2022).

338

Tendinites e bursites são lesões por esforço repetitivo que afetam principalmente atletas que executam movimentos contínuos e repetitivos. A enfermagem contribui para o alívio dos sintomas por meio da aplicação de compressas, administração de medicamentos conforme prescrição e orientações sobre descanso e ajustes na prática esportiva. O acompanhamento do processo inflamatório e a educação em relação à prevenção dessas lesões são fundamentais para reduzir o impacto negativo na performance do atleta e evitar agravos crônicos (Soder *et al.*, 2017).

A atuação do enfermeiro na assistência a atletas com lesões esportivas envolve, ainda, o suporte psicossocial, pois o impacto emocional dessas lesões pode ser significativo. O afastamento das competições, a dor crônica e o medo de novas lesões afetam a motivação e o bem-estar do atleta. Assim, o enfermeiro deve estar atento a essas questões, promovendo

acolhimento, apoio psicológico e orientações que favoreçam a adesão ao tratamento e a recuperação integral (Cesarini, 2021).

Por fim, destaca-se a importância da enfermagem esportiva como área especializada para o cuidado adequado e qualificado às lesões esportivas. O enfermeiro, ao atuar em equipes multidisciplinares, contribui para a prevenção, atendimento emergencial e reabilitação, promovendo a recuperação com qualidade e segurança (Silva *et al.*, 2018).

#### **4.2 INTERVENÇÕES DE ENFERMAGEM UTILIZADAS NA RECUPERAÇÃO E PREVENÇÃO DE NOVAS LESÕES EM ATLETAS**

As intervenções de enfermagem na recuperação de lesões esportivas começam com uma avaliação minuciosa do estado clínico do atleta, que inclui a análise da extensão e gravidade da lesão, bem como os sintomas apresentados, como dor, edema e limitação funcional. Esse exame detalhado é fundamental para planejar uma assistência individualizada, ajustada às necessidades específicas do paciente (Antunes, 2023).

Além disso, o enfermeiro deve avaliar o contexto esportivo e as características do atleta, considerando sua modalidade, nível de competição e histórico de lesões, para definir estratégias que promovam uma recuperação eficaz. Essa avaliação inicial também envolve a orientação sobre os cuidados imediatos, como primeiros socorros e controle da dor, que são determinantes para minimizar complicações e acelerar o processo de cura (Domenis *et al.*, 2022).

339

Na fase inicial da lesão, a aplicação do protocolo P.R.I.C.E. (proteção, repouso, gelo, compressão e elevação) é uma das principais estratégias empregadas para reduzir a inflamação, o edema e aliviar a dor. O enfermeiro tem papel essencial na aplicação correta de compressas frias, bem como em orientar o atleta sobre a importância do repouso e da elevação do membro lesionado, prevenindo esforços que possam agravar o quadro (Cesarini, 2021).

À medida que o processo de recuperação avança, a enfermagem participa ativamente da fase de reabilitação, monitorando constantemente a dor, a amplitude de movimento e a funcionalidade do atleta. A atuação integrada com a equipe multiprofissional, especialmente fisioterapeutas e médicos, é fundamental para incentivar a execução gradual e segura dos exercícios prescritos, evitando recaídas e novas lesões. O enfermeiro também educa o paciente sobre a importância dos alongamentos e exercícios específicos de fortalecimento muscular, essenciais para restabelecer a biomecânica correta (Estrela, 2018).

Outro aspecto importante da atuação da enfermagem é o manejo adequado da medicação prescrita, que pode incluir analgésicos e anti-inflamatórios para controle da dor e inflamação.

O enfermeiro deve garantir que o atleta comprehenda as indicações, horários e doses corretas, além de monitorar possíveis efeitos adversos. A educação em torno do uso correto dos medicamentos e o acompanhamento da adesão são essenciais para a segurança do paciente e para otimizar a eficácia do tratamento (Backes *et al.*, 2021).

Além do cuidado físico, o suporte psicológico é fundamental para o sucesso da recuperação, pois lesões podem gerar ansiedade, frustração e medo do retorno à atividade. O enfermeiro deve criar um ambiente acolhedor e de escuta ativa, auxiliando o atleta a lidar com esses sentimentos. O acompanhamento emocional favorece a motivação e adesão ao tratamento, prevenindo quadros depressivos que poderiam comprometer a reabilitação (Mendes; Silveira; Galvão, 2008).

Na prevenção de novas lesões, o enfermeiro desempenha um papel educativo fundamental, orientando atletas e profissionais sobre a importância de práticas seguras durante treinamentos e competições. As orientações incluem a relevância do aquecimento, alongamento e execução correta dos movimentos, assim como a necessidade de respeitar os limites do corpo para evitar sobrecarga e fadiga excessiva (Pereira; Bastos, 2023).

Outra intervenção preventiva envolve a fiscalização do uso adequado de equipamentos de proteção individual e a avaliação das condições estruturais dos locais de treino e competição. O enfermeiro também participa da elaboração e implementação de protocolos de atendimento a emergências, garantindo resposta rápida e eficaz em casos de acidentes (Santos *et al.*, 2022).

340

Por fim, o acompanhamento periódico dos atletas é fundamental para identificar sinais precoces de lesão ou alterações no desempenho físico. O enfermeiro realiza avaliações regulares, registra dados clínicos e observa padrões de fadiga e resposta ao treinamento, ajustando orientações conforme necessário. Essa vigilância constante ajuda a prevenir que pequenas lesões evoluam para quadros mais graves, promovendo a manutenção da saúde e a longevidade da carreira esportiva (Weinberg; Gould, 2017).

## CONCLUSÃO

A enfermagem esportiva tem um papel fundamental na vida dos atletas, pois vai muito além do cuidado físico. O enfermeiro está presente para apoiar tanto o corpo quanto as emoções, entendendo que o bem-estar do esportista envolve esses dois aspectos. Esse cuidado integral ajuda a prevenir lesões, além de proporcionar uma recuperação mais rápida e segura. Ao trabalhar junto com outros profissionais da saúde, o enfermeiro contribui para que o atleta se sinta acolhido e protegido durante todo o processo.

Entretanto, a enfermagem esportiva enfrenta desafios importantes, como a falta de protocolos específicos e a limitada capacitação dos profissionais. A ausência de uma formação especializada dificulta a consolidação da área. Para superar essas barreiras, é essencial investir em educação e em pesquisas científicas. O desenvolvimento do conhecimento técnico fortalecerá a atuação do enfermeiro no contexto esportivo.

Além disso, a consulta de enfermagem destaca-se como um instrumento essencial para o cuidado individualizado. Ela permite avaliar as necessidades específicas de cada atleta e implementar estratégias preventivas adequadas. Essa abordagem favorece a saúde contínua e a redução de riscos durante a prática esportiva. A enfermagem esportiva, portanto, reforça o trabalho da equipe multidisciplinar e contribui para a promoção da saúde integral. Isso torna o cuidado mais eficaz e alinhado às demandas do esporte atual.

Por fim, é fundamental que a enfermagem esportiva seja reconhecida e valorizada como uma área que cuida da saúde de forma ampla e humana. Para isso, é preciso ampliar o diálogo entre profissionais, estimular a produção de pesquisas e compartilhar boas práticas. O enfermeiro, assim, estará cada vez mais preparado para oferecer um cuidado que faz a diferença na vida dos atletas. Essa valorização traz benefícios não só para quem pratica esporte, mas para toda a sociedade, que ganha com pessoas mais saudáveis e felizes.

341

## REFERÊNCIAS

**A IMPORTÂNCIA DA ENFERMAGEM DO ESPORTE COMO COMPONENTE DA EQUIPE DE SAÚDE EM TIMES DE FUTEBOL BRASILEIROS: UMA REVISÃO DE LITERATURA | UniAteneu, 2023.** Disponível em: <<https://uniateneu.edu.br/repositorio/a-importacia-da-enfermagem-do-esporte-como-componente-da-equipe-de-saude-em-times-de-futebol-brasileiros-uma-revisao-de-literatura/>>. Acesso em: 24 mar. 2024.

ABRANTES, N. J. M. N.; VIEIRA, C. M. A Reabilitação do Atleta de Futsal com Entorse do Tornozelo: Estudo Descritivo. **A Enfermagem do Desporto ao Serviço da Fraternidade Social**, p. 56, 2023. Disponível em: <https://repositorio.ucp.pt/bitstream/10400.14/41393/1/72206592.pdf#page=56>. Acesso em: 24 mar. 2024.

ANTUNES, N. A Enfermagem Na Federação Portuguesa De Judo. **A Enfermagem do Desporto ao Serviço da Fraternidade Social**, p. 27, 2023. Disponível em: <https://ciencia.ucp.pt/ws/files/72206667/72206592.pdf#page=27>. Acesso em: 24 mar. 2024.

BACKES, D. S.; BACKES, M. S.; ERDMANN, A. L.; BUSCHER, A. O papel profissional do enfermeiro no Sistema Único de Saúde: da saúde comunitária à estratégia de saúde da família. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 17, n. 1, p. 223–230, 2021. Disponível em: <https://www.scielosp.org/pdf/csc/2012.v17n1/223-230/pt>. Acesso em: 24 mar. 2024.

CAPRARO, A. M., & Freitas Junior, M. A. de. 2020. Apresentação Dossiê História do Esporte. *Historia, questões & debates: revista da Associação Paranaense de Historia*, 68(2), 7. <https://doi.org/10.5380/his.v68i2.76012> Acesso em: 24 mar. 2024.

CESARINI. *Enfermagem Esportiva: uma especialidade aprovada pelo Cofen*, 2021. Disponível em: <<https://fasig.com.br/enfermagem-esportiva/>>. Acesso em: 24 mar. 2024.

**CÓDIGO DE ÉTICA DOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM PREÂMBULO, 2012.** [s.l.: s.n.]. Disponível em: <[https://www.cofen.gov.br/wp-content/uploads/2012/03/resolucao\\_311\\_anexo.pdf](https://www.cofen.gov.br/wp-content/uploads/2012/03/resolucao_311_anexo.pdf)>. Acesso em: 24 mar. 2024.

**Diário da República, 2.ª série PARTE E ORDEM DOS ENFERMEIROS Regulamento n.º 674/2021.** [s.l.: s.n.]. Disponível em: <<https://www.ordemenermeiros.pt/media/23309/regulamento-da-compet%C3%A3ncia-acrescida-diferenciada-em-enfermagem-em-preven%C3%A7%C3%A3o-e-controlo-de-infe%C3%A7%C3%A3o.pdf>>. Acesso em: 24 mar. 2024.

DOMENIS, L. A. M.; DAHER, D. V.; ALMEIDA, B. S. S.; SILVEIRA, E. A.; ANTUNES, J. M.; FERRARI, M. F. M. Gestão do Cuidado de Enfermagem ao atleta com lesão musculoesquelética: Uma experiência dos Centros de Atenção Especializada em Traumatologia e Ortopedia. *Research, Society and Development*, v. II, n. 4, p. e46311427192, 2022. Disponível em: <https://rsdjurnal.org/index.php/rsd/article/view/27192>. Acesso em: 24 mar. 2024.

ESTRELA, C. *Metodologia científica – Ciência, ensino e pesquisa*. 3. ed. São Paulo: Artes Médicas, 2018. Disponível em: <https://books.google.com.br/books?hl=pt-BR&lpg=PR1&dq=ESTRELA,+C.+Metodologia+cient%C3%AA+Dfica+E2%80%93+Ci%C3%A3o+AAnzia,+ensino+e+pesquisa.+3.+ed.+S%C3%A3o+Paulo:+Artes+M%C3%A3o+A9dicas,+2018.&ots=88VK5V4up6&sig=oQKGzRBi38Wumj15JISmaF-6Fxw>. Acesso em: 24 mar. 2024.

342

HEIDEMANN, M. A enfermagem esportiva: proposta de consulta de enfermagem em academia de ginástica e musculação. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 40, n. 4, p. 190–192, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/BLhhbpg3hQDc6NNvH3wMVNk/?lang=pt>. Acesso em: 24 mar. 2024.

LUCAS, F. Desenvolvimento de uma plataforma móvel digital para auxílio de alunos de medicina sobre medicina esportiva. *Unichristus.edu.br*, 2024. Disponível em: <https://repositorio.unichristus.edu.br/jspui/handle/123456789/1692>. Acesso em: 24 mar. 2024.

MAGALHÃES, M. M. A. Enfermagem no desporto: Que formação? Que competências? Uma perspectiva. *Uminho.pt*, 2009. Disponível em: <https://repositorium.sdum.uminho.pt/handle/1822/13638>. Acesso em: 24 mar. 2024.

MENDES, K. D. S.; SILVEIRA, R. C. C. P.; GALVÃO, C. M. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto & contexto-enfermagem*, v. 17, n. 4, p. 758-764, 2008. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tce/a/XzFkq6tjWs4wHNqNjKJLkXQ/?lang=pt>. Acesso em: 24 mar. 2024.

NOGUEIRA, N. A RESPONSABILIDADE SOCIAL ASSOCIADA À ENFERMAGEM DO DESPORTO NUM CLUBE. *A Enfermagem do Desporto ao Serviço da Fraternidade Social*, p. 34, 2023. Disponível em: <https://ciencia.ucp.pt/ws/portalfiles/portal/72206667/72206592.pdf#page=34>. Acesso em: 24 mar. 2024.

PELEGRINOTTI, I. L. 2020. Atividade Física E Esporte: A Importância No Contexto Saúde Do Ser Humano. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, 3(1), 22–28. <https://periodicos.ufpel.edu.br/index.php/RBAFS/article/view/1067>. Acesso em: 24 mar. 2024.

PEREIRA, R. F.; VIEIRA, F. S. F. Enfermagem E Futebol De Alto Rendimento: Uma Revisão Sistemática Da Literatura. *Revista Universitas da FANORPI*, v. 4, n. 8, p. 132–145, 2022. Disponível em: <https://fanorpi.com.br/universitas/index.php/revista/article/view/135/130>. Acesso em: 24 mar. 2024.

PEREIRA, R.; BASTOS, C. Enfermeiro Na Prevenção Do Uso Indiscriminado De Esteroides Anabolizantes (Enfermagem). *Repositório Institucional*, v. 1, n. 1, 2023. Disponível em: <https://revistas.icesp.br/index.php/Real/article/view/4169>. Acesso em: 24 mar. 2024.

SANTOS, J. C. O.; SILVA, W. A.; MERCÊS, G. S.; CRUZ, M. S.; FONSECA, L. S.; FERREIRA, L. L. L.; CARVALHO, B. C.; MATOS, T. S. Atuação do profissional de enfermagem esportiva: uma breve revisão. *Caderno de Educação Física e Esporte*, 2022. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9045017>. Acesso em: 24 mar. 2024.

343

---

SCORSOLINI-COMIN, F. 2022. Psicologia da saúde aplicada à enfermagem. *Editora Vozes*. Disponível em: [https://books.google.com.br/books?hl=pt-BR&lr=&id=6vl6EAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT2&dq=SCORSOLINI-COMIN,+F.+2022.+Psicologia+da+sa%C3%A3o+C3%A0+aplicada+%C3%A0+enfermagem.+Editora+Vozes&ots=QtPMS5XzP9&sig=SPLZoEdWdL9kszxFN-3NyoBoX\\_4](https://books.google.com.br/books?hl=pt-BR&lr=&id=6vl6EAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT2&dq=SCORSOLINI-COMIN,+F.+2022.+Psicologia+da+sa%C3%A3o+C3%A0+aplicada+%C3%A0+enfermagem.+Editora+Vozes&ots=QtPMS5XzP9&sig=SPLZoEdWdL9kszxFN-3NyoBoX_4). Acesso em: 24 mar. 2024.

SILVA, M. S. O.; SILVEIRA, G. E. O.; PEREIRA, G. A. S.; NASCIMENTO, F. C.; CARVALHO, P. S. C.; SILVA, G. C.; PIMENTEL, R. S.; FERREIRA, M. S. A Importância Da Atuação Do Profissional De Enfermagem No Futebol, 2018. Disponível em: <http://conferencia2018.redeunida.org.br/ocs2/index.php/15CRU/15CRU/paper/view/14314>. Acesso em: 24 mar. 2024

SODER, R. M.; ERDMANN, A. L.; SILVA, L. A. A.; OLIVEIRA, I. C. Cuidado Em Saúde E Enfermagem No Voleibol: Revisão Integrativa. *Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR*, v. 21, n. 2, 18 set. 2017. Disponível em: <https://unipar.openjournalsolutions.com.br/index.php/saude/article/view/5314>. Acesso em: 24 mar. 2024.

URQUIZA, A. M.; FERREIRA, J. P.; BIESEN, D. V. (2018). Athletic identity and self-esteem among active and retire Paralympic athletes. *European Journal of Sport Science*, Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/17461391.2018.1462854>. Acesso em: 24 mar. 2024.



WEINBERG, R. S.; GOULD, D. Fundamentos da Psicologia do Esporte e do Exercício. Porto Alegre: **Artmed**, 2017. Disponível em: <https://pdfcoffee.com/weinberg-r-gould-d-fundamentos-da-psicologia-do-esporte-e-do-exercicio-2-pdf-free.html>. Acesso em: 24 mar. 2024.