doi.org/10.51891/rease.v12i11.32277

A IMPORTÂNCIA DA ENFERMAGEM ESPORTIVA NA PROMOÇÃO DA SAÚDE E PREVENÇÃO DE LESÕES EM ATLETAS NO FUTEBOL

Ester Magalhães Monteiro[1]
Erlayne Camapum Brandão[2]

RESUMO: A enfermagem esportiva é uma área voltada à promoção da saúde, à prevenção de lesões e ao cuidado integral dos atletas, contribuindo para uma prática esportiva mais segura e saudável. Este estudo teve como objetivo analisar a importância da enfermagem esportiva na promoção da saúde e na prevenção de lesões em atletas de futebol. Trata-se de uma revisão narrativa, de caráter descritivo e abordagem qualitativa, realizada a partir de artigos científicos e documentos técnicos publicados entre 2020 e 2026. Das 175 publicações encontradas, quatro compuseram a amostra final e foram analisadas em profundidade. Os resultados mostraram que o enfermeiro contribui para o cuidado ao atleta por meio do acompanhamento contínuo, da educação em saúde, das orientações sobre hidratação, alimentação, aquecimento, alongamento e descanso, do atendimento inicial às lesões e da identificação precoce de sinais de risco. A atuação integrada com médicos, fisioterapeutas e profissionais de Educação Física favorece um cuidado mais completo. Conclui-se que a enfermagem esportiva contribui para uma prática do futebol mais segura, com foco na preservação da saúde, na prevenção de lesões e na qualidade de vida dos atletas, embora ainda sejam necessários mais estudos sobre o tema.

Palavras-chave: Enfermagem esportiva. Prevenção de lesões. Promoção da saúde. Futebol. Atletas.

1 INTRODUÇÃO

A busca por novos caminhos para a gestão e a aplicação do cuidado de enfermagem é fundamental no âmbito esportivo, pois a inserção desse profissional na gestão e na assistência ao indivíduo ou atleta que pratica atividade e exercício físico é imprescindível para a promoção da saúde (Soder *et al.*, 2017).

A enfermagem esportiva surge nesse contexto como campo de atuação vinculado à saúde coletiva. A análise clínica fundamentada em conhecimentos teóricos e práticos, a segurança na tomada de decisões, o compartilhamento de informações com a equipe e a criatividade são determinantes para a organização adequada do tratamento do atleta.

Atualmente, observa-se uma crescente prática de esportes e de outras atividades físicas, seja de forma profissional, seja com o objetivo de cuidar da saúde e alcançar melhor qualidade

[1]Discente do curso de Enfermagem do Centro Universitário IESB.
[2]Orientadora: Erlayne Camapum Brandão.Enfermeira. Mestre em Enfermagem pela Universidade de Brasília. Docente do curso de Enfermagem do Centro Universitário IESB.

de vida. Há maior preocupação com o corpo, com a prevenção de doenças e com a saúde mental, uma vez que os exercícios proporcionam benefícios como a melhora do condicionamento físico, o fortalecimento muscular e a redução do estresse (Brasil, 2021).

A prática esportiva proporciona diversos benefícios à saúde, contribuindo para a melhora do condicionamento físico, o bem-estar e a qualidade de vida. Nesse contexto, o acompanhamento por profissionais de saúde é importante para orientar os atletas e contribuir para uma prática esportiva mais segura. Apesar desses benefícios, a prática esportiva também pode apresentar riscos, principalmente quando não é realizada de maneira adequada. Entre os problemas mais comuns estão as lesões esportivas, que podem estar relacionadas a fatores como excesso de treinamento, preparo físico insuficiente, execução inadequada dos movimentos e recuperação insuficiente entre as atividades. Além disso, a falta de estratégias preventivas pode aumentar a exposição dos atletas a situações de risco. Dessa forma, o planejamento dos treinos, o respeito aos limites individuais e a adoção de medidas preventivas são fundamentais para reduzir a ocorrência de lesões e preservar a saúde dos praticantes (Stephenson *et al.*, 2021).

Quando não são bem planejados, os treinos podem acarretar prejuízos e resultados insatisfatórios. Por isso, é fundamental que sejam organizados adequadamente, respeitando os limites do corpo e aumentando a intensidade de forma gradual. O acompanhamento de um profissional de Educação Física é importante nesse processo, pois as lesões musculares podem estar associadas ao alongamento extremo ou à contração excêntrica de alta intensidade. Essas lesões podem causar queda de rendimento, afastamento das atividades esportivas e impactos psicológicos, além de aumentar o risco de novas lesões. Nesse cenário, a enfermagem esportiva também desempenha papel muito importante. O enfermeiro não atua apenas quando o atleta já está lesionado, mas também na prevenção, acompanhando a saúde do indivíduo e orientando sobre cuidados básicos. Esse acompanhamento ajuda a identificar sinais de cansaço excessivo, dores ou outros problemas antes que se agravem (Lopes *et al.*, 2019).

Nesse cenário, a enfermagem esportiva também desempenha um papel importante na prevenção e no cuidado aos atletas. O enfermeiro não atua apenas quando o atleta já está lesionado, mas também no acompanhamento da saúde, na orientação sobre cuidados preventivos e na identificação de sinais de alerta, como dores persistentes e cansaço excessivo. Dessa forma, sua atuação contribui para a promoção da saúde e para a identificação precoce de situações que necessitam de avaliação profissional (Santos *et al.*, 2022; Soder *et al.*, 2017).

Além das ações assistenciais, o enfermeiro oferece apoio emocional ao atleta, com resultados positivos, sobretudo no trabalho com atletas profissionais. Por acompanhar o atleta de forma próxima e constante, o enfermeiro atua como elo entre os demais profissionais da equipe.

A educação em saúde também é parte essencial desse cuidado. O enfermeiro orienta sobre a importância do aquecimento antes dos treinos, do alongamento, da hidratação, da alimentação adequada e do descanso. Esses cuidados parecem simples, mas fazem grande diferença na prevenção de lesões e na melhora do desempenho. De acordo com Santos *et al.* (2022), a enfermagem esportiva contribui diretamente para a assistência integral ao atleta e para a melhoria da qualidade de vida.

O trabalho em equipe é igualmente fundamental. O enfermeiro atua com outros profissionais, como médicos, fisioterapeutas e profissionais de Educação Física, formando uma equipe que trabalha em conjunto para garantir a saúde e o bem-estar do atleta. Cada um contribui com seu conhecimento, o que torna o cuidado mais completo e eficiente. Segundo Leal (2025), ações preventivas e orientações em saúde são fundamentais para reduzir riscos e promover maior segurança durante a prática esportiva.

Ressalta-se que a prevenção de lesões não depende apenas do treinamento, mas também de fatores como alimentação adequada, sono de qualidade e respeito aos limites do corpo. Dessa forma, os atletas devem receber orientações sobre esses aspectos do autocuidado. Nesse contexto, a enfermagem, em conjunto com os demais profissionais da equipe multiprofissional, contribui para a promoção da saúde, a prevenção de lesões e a melhoria da qualidade de vida dos atletas (Santos *et al.*, 2022; Stephenson *et al.*, 2021).

A escolha deste tema justifica-se pelo aumento da prática de atividades físicas e esportivas, que contribuiu para o crescimento do número de lesões relacionadas ao esporte. Muitas dessas lesões poderiam ser evitadas com orientação adequada, acompanhamento multidisciplinar e cuidados preventivos. Além disso, a enfermagem esportiva é uma área de grande relevância, porém ainda pouco explorada. A escolha do tema também se relaciona ao interesse pessoal da autora, que une a experiência como ex-atleta à formação em enfermagem, vivência que desperta o interesse em aprofundar os conhecimentos sobre o cuidado preventivo e a promoção da saúde.

Diante desse contexto, este estudo partiu da seguinte questão norteadora: como a enfermagem esportiva pode contribuir para a promoção da saúde e para a prevenção de lesões

em atletas de futebol, considerando as ações de orientação, acompanhamento e cuidado realizadas pelo profissional de enfermagem? Assim, o objetivo geral foi analisar a importância da enfermagem esportiva na promoção da saúde e na prevenção de lesões em atletas de futebol, destacando a atuação do enfermeiro no acompanhamento, na orientação e nos cuidados voltados à saúde e à segurança dos atletas. Como objetivo específico, buscou-se identificar as principais causas das lesões no futebol, considerando os fatores que podem contribuir para o seu surgimento e a importância das medidas de prevenção para reduzir sua ocorrência.

2 MÉTODOS

Este trabalho caracteriza-se como uma revisão narrativa, de caráter descritivo e abordagem qualitativa, desenvolvida por meio da análise de artigos científicos, dissertações, teses, livros e documentos técnicos relacionados à enfermagem esportiva. A revisão narrativa foi adotada como método de pesquisa por permitir reunir, analisar e discutir conhecimentos já produzidos sobre determinado tema, possibilitando uma compreensão ampla acerca do objeto de estudo. A escolha desse método justificou-se pela necessidade de compreender a atuação do enfermeiro no contexto esportivo, destacando suas contribuições para a promoção da saúde, a prevenção de lesões, o acompanhamento de atletas e a assistência durante os processos de recuperação.

Para a elaboração da pesquisa, foram realizadas buscas em bases de dados e plataformas científicas nacionais e internacionais, como SciELO, BIREME, Revista Eletrônica Acervo Saúde e Caderno de Educação Física e Esporte, além de materiais e documentos técnicos disponibilizados pelo Conselho Federal de Enfermagem (Cofen), pelos Conselhos Regionais de Enfermagem (Coren) e por outras instituições relacionadas às áreas da saúde e do esporte. Foram utilizados os descritores “enfermagem esportiva”, “prevenção de lesões”, “atividade física”, “saúde no esporte” e “cuidados de enfermagem”, de forma isolada ou combinada, conforme a necessidade de cada base de dados.

A seleção das publicações considerou o período de 2020 a 2026, buscando utilizar informações atuais e relacionadas ao desenvolvimento da enfermagem esportiva. Como critérios de inclusão, foram considerados artigos científicos, dissertações, teses e documentos técnicos publicados entre 2020 e 2026, disponíveis na íntegra, nos idiomas português, inglês ou espanhol, que apresentassem relação direta com a enfermagem esportiva, a promoção da saúde, a prevenção de lesões, o acompanhamento ou a assistência de enfermagem a atletas. Também

foram considerados materiais que apresentassem informações relevantes e contribuíssem para o alcance dos objetivos propostos.

Como critérios de exclusão, foram retirados estudos duplicados, publicações incompletas, materiais indisponíveis na íntegra, estudos publicados fora do período estabelecido e trabalhos sem relação direta com o tema da pesquisa. Também foram excluídas as publicações que não apresentaram informações suficientes para contribuir com a discussão sobre a atuação da enfermagem no contexto esportivo.

Após a realização das buscas, procedeu-se à leitura dos títulos e resumos das publicações encontradas, seguida da leitura na íntegra dos estudos que atenderam aos critérios estabelecidos. Os dados dos estudos selecionados foram organizados em um quadro-síntese elaborado no Microsoft Word, contendo autor/ano, título, método e principais achados.

A análise dos dados foi realizada de forma qualitativa e descritiva, por meio da leitura, interpretação e organização das informações encontradas nas publicações selecionadas. Foram identificados os principais aspectos relacionados à atuação do enfermeiro no esporte, especialmente aqueles referentes à promoção da saúde, à prevenção de lesões, à educação em saúde, ao acompanhamento dos atletas e à assistência durante o processo de recuperação. As informações foram agrupadas de acordo com os temas identificados nos estudos, permitindo uma análise ampla dos conhecimentos produzidos sobre a enfermagem esportiva.

Por se tratar de uma revisão de literatura, baseada em dados de domínio público e sem envolvimento direto de seres humanos, o estudo dispensou a apreciação por Comitê de Ética em Pesquisa.

3 RESULTADOS

A busca resultou em 175 publicações, identificadas nas bases e fontes de dados SciELO, BIREME, Cofen/Coren, UniAteneu, Unioeste, FASING e LinkedIn. Após a leitura dos títulos e resumos e a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, foram excluídas 171 publicações por não apresentarem relação direta com o tema da pesquisa, não atenderem aos objetivos do estudo ou não possuírem informações suficientes para contribuir com a discussão. Dessa forma, 4 publicações compuseram a amostra final, disponíveis nos idiomas português, inglês e espanhol.

A seleção das 4 publicações teve como objetivo reunir materiais que permitissem uma compreensão mais ampla sobre a importância da enfermagem esportiva na promoção da saúde

e na prevenção de lesões em atletas.Dentre os quatro estudos selecionados, todos foram analisados em profundidade por apresentarem maior relevância e contribuição para os objetivos da pesquisa, abordando de forma mais direta a atuação do enfermeiro na prevenção de lesões, na orientação dos atletas, no atendimento inicial e no acompanhamento durante a recuperação.A escolha desses quatro artigos ocorreu por apresentarem maior relação com o tema estudado e responderem melhor aos objetivos da pesquisa, abordando de forma mais direta a atuação do enfermeiro na prevenção de lesões, na orientação dos atletas, no atendimento inicial e no acompanhamento durante a recuperação. A escolha desses quatro estudos considerou sua relação com o tema e sua contribuição para responder à questão norteadora do trabalho. Os demais estudos contribuíram para ampliar o conhecimento sobre o assunto e auxiliar na construção da discussão.

Entre as principais lesões que acometem os atletas de futebol estão os estiramentos musculares, as entorses, as contusões e as fraturas. Essas lesões podem ocorrer devido ao esforço físico excessivo, aos movimentos bruscos, às colisões entre jogadores, aos treinos inadequados e à recuperação insuficiente. Por isso, a prevenção é fundamental para preservar a saúde dos atletas e reduzir os riscos durante a prática esportiva.

Nesse contexto, a enfermagem esportiva desempenha um papel importante tanto na prevenção quanto no atendimento inicial das lesões. Entre as intervenções de enfermagem estão a avaliação dos sinais e sintomas, a realização dos primeiros cuidados, o encaminhamento para atendimento especializado e as orientações sobre hidratação, alimentação, aquecimento e descanso adequado. Dessa forma, o enfermeiro contribui para a segurança dos atletas, a prevenção de novas lesões e a promoção da saúde, reforçando a importância de sua atuação junto à equipe multiprofissional.

Os quatro estudos analisados em profundidade, publicados entre 2022 e 2026, estão organizados em ordem cronológica, segundo autor/ano, título, método e principais achados (Quadro 1). Quanto à natureza, predominaram os estudos de revisão de literatura. Apesar das contribuições encontradas, a análise evidencia a necessidade de novas pesquisas sobre a atuação da enfermagem esportiva, especialmente na prevenção de lesões no futebol, para ampliar o conhecimento sobre as intervenções realizadas pelo enfermeiro e sua importância no cuidado aos atletas.

Quadro 1 – Caracterização dos estudos analisados segundo autor/ano, título, método e principais achados (2022-2026)

Autor/Ano	Título	Método	Principais achados
Santos *et al.* (2022)	Atuação do profissional de enfermagem esportiva: uma breve revisão	Revisão narrativa	Aborda a atuação dos profissionais de enfermagem no contexto esportivo.
Tuber (2023)	Prevenção de lesões esportivas: como a enfermagem do esporte pode ajudar	Pesquisa descritiva	Descreve a importância da enfermagem esportiva na prevenção de lesões, na orientação dos atletas quanto à segurança durante a prática esportiva e no atendimento inicial de lesões, contribuindo para a promoção da saúde e do desempenho esportivo.
Vasconcelos *et al.* (2025)	A importância do enfermeiro do esporte na prevenção de lesões em atletas	Revisão narrativa	A atuação do enfermeiro é fundamental para os atletas e contribui para a promoção da saúde, por meio de orientação preventiva durante a prática esportiva.
Bersacula *et al.* (2026)	O papel do enfermeiro na prevenção e no atendimento imediato de lesões no futebol	Revisão integrativa	Demonstra a importância do enfermeiro na assistência ao atleta, evidenciando sua contribuição na prevenção de lesões, no atendimento imediato e no processo de reabilitação esportiva.

Fonte: elaborado pela autora (2026).

A distribuição dos estudos analisados por autor e ano de publicação mostra que cada um corresponde a 25% da amostra analisada, com publicações em 2022, 2023, 2025 e 2026.

4 DISCUSSÃO

A análise dos estudos permitiu compreender a importância da enfermagem esportiva na promoção da saúde e na prevenção de lesões em atletas de futebol. As quatro publicações analisadas abordaram a atuação do enfermeiro no esporte, evidenciando a relevância das orientações, da prevenção de lesões, do atendimento inicial e do acompanhamento dos atletas durante a recuperação. Percebe-se, assim, que o enfermeiro pode contribuir não apenas quando o jogador se lesiona, mas também por meio de cuidados que ajudam a preservar sua saúde e seu bem-estar.

O estudo de Santos *et al.* (2022) abordou a atuação da enfermagem no ambiente esportivo e evidenciou que o enfermeiro pode participar de ações voltadas à saúde dos atletas e trabalhar em conjunto com outros profissionais da saúde e do esporte, buscando oferecer um cuidado mais completo, tanto na prevenção quanto no atendimento e na recuperação de lesões. No

futebol, esse cuidado é importante porque os jogadores enfrentam uma rotina de treinos e competições que exige muito do corpo; por isso, o acompanhamento e as orientações de saúde ajudam os atletas a compreender melhor os cuidados necessários durante a prática esportiva.

Tuber (2023) destacou a importância da prevenção e da orientação dos atletas. No futebol, os jogadores estão expostos a situações que podem causar lesões, como quedas, colisões, movimentos rápidos e repetitivos e esforço físico intenso. Nesse sentido, a educação em saúde é importante para orientar os atletas sobre hidratação, alimentação, descanso e cuidados com o corpo, para que reconheçam seus limites e compreendam a necessidade de procurar atendimento quando apresentarem dores ou outros sinais de alerta.

O estudo de Vasconcelos *et al.* (2025) também destacou a importância das ações preventivas. Com base nesse trabalho, entende-se que a enfermagem não deve atuar somente depois que a lesão acontece, mas também antes, por meio de ações educativas e de orientações sobre os cuidados necessários para manter a saúde durante os treinos e as competições. Dessa forma, a prevenção passa a fazer parte da rotina esportiva, contribuindo para uma prática mais segura.

Por sua vez, Bersacula *et al.* (2026) destacaram a participação do enfermeiro na prevenção, no atendimento inicial e na recuperação dos atletas. Esse aspecto evidencia a importância de o profissional estar preparado para reconhecer situações que exigem atendimento e realizar os primeiros cuidados de acordo com sua competência. Quando uma lesão acontece, é importante que o atleta receba assistência adequada e, quando necessário, seja encaminhado para avaliação de outros profissionais.

Ao comparar os quatro estudos, observa-se que todos abordaram aspectos relacionados à importância da enfermagem no cuidado aos atletas. Isso indica que o trabalho do enfermeiro vai além do atendimento em situações de emergência, pois envolve também orientação, acompanhamento e educação em saúde. Além disso, a atuação em conjunto com médicos, fisioterapeutas e profissionais de Educação Física pode contribuir para um cuidado mais completo, que considere as necessidades de cada jogador.

Outro ponto importante é que a prevenção de lesões depende de vários cuidados, como respeitar os limites do corpo, manter alimentação adequada, hidratar-se, descansar e seguir as orientações dos profissionais responsáveis pelo treinamento. O enfermeiro pode auxiliar nesse processo, orientando os atletas e contribuindo para que tenham mais conhecimento sobre os

cuidados com a própria saúde. Essas ações são relevantes porque uma lesão pode prejudicar o desempenho do jogador e afastá-lo temporariamente dos treinos e das competições.

Apesar das contribuições apresentadas, os estudos analisados não permitem afirmar que a atuação do enfermeiro, isoladamente, reduz o número de lesões no futebol. Por isso, são necessárias mais pesquisas sobre a enfermagem esportiva, a fim de compreender melhor os resultados das ações preventivas e os desafios enfrentados pelos profissionais nessa área.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A realização deste estudo permitiu compreender a importância da enfermagem esportiva na promoção da saúde e na prevenção de lesões em atletas de futebol. Verificou-se que o cuidado à saúde do atleta vai muito além do tratamento de lesões, envolvendo também ações de prevenção, orientação e promoção da qualidade de vida.

A partir dos quatro estudos analisados, publicados entre 2022 e 2026, observou-se que o enfermeiro pode contribuir de diferentes formas, orientando os atletas sobre hidratação, alimentação, descanso, cuidados com o corpo e respeito aos próprios limites. Além disso, pode atuar no atendimento inicial de lesões, no acompanhamento da recuperação e em conjunto com outros profissionais, proporcionando um cuidado mais completo. Entre os fatores relacionados às lesões no futebol, destacaram-se o esforço físico intenso, os movimentos repetitivos, as colisões, os treinos inadequados e a falta de cuidados preventivos.

Conclui-se que a enfermagem tem um papel importante no ambiente esportivo, não apenas nos momentos em que ocorre uma lesão, mas também nas ações que ajudam a prevenir-la. Entretanto, a quantidade limitada de estudos encontrados sobre a atuação do enfermeiro na prevenção de lesões em atletas de futebol demonstra a necessidade de ampliar as pesquisas nessa área. São necessários novos estudos que avaliem, de forma mais específica, os resultados das intervenções de enfermagem na redução de lesões e na melhoria da saúde dos atletas.

Para a autora, que possui afinidade com o esporte e está se preparando para atuar profissionalmente na enfermagem, a realização deste trabalho reforçou o desejo de unir essas duas áreas. Por gostar do esporte e também valorizar a saúde, aprofundar os conhecimentos sobre esse tema foi uma oportunidade de perceber novas possibilidades para sua futura atuação profissional. Além disso, o estudo despertou ainda mais o interesse em contribuir para o cuidado dos atletas, compreendendo que cada um deles precisa de atenção, orientação e acompanhamento adequados para manter sua saúde durante a prática esportiva. Essa relação

entre esporte e enfermagem tornou o desenvolvimento deste trabalho ainda mais significativo, fortalecendo a vontade de continuar aprendendo e de, futuramente, fazer a diferença na vida dos atletas por meio do cuidado, da prevenção e da promoção da saúde.

Espera-se que este trabalho contribua para dar maior visibilidade à enfermagem esportiva e incentive estudantes e profissionais a conhecerem melhor essa área de atuação. Também se espera que novas pesquisas sejam realizadas, ampliando os conhecimentos sobre as possibilidades de trabalho do enfermeiro no esporte e contribuindo para o fortalecimento dessa especialidade. Assim, a enfermagem esportiva poderá conquistar mais espaço e reconhecimento, valorizando o cuidado humanizado e a importância de acompanhar o atleta não apenas em sua trajetória esportiva, mas também em sua saúde e bem-estar.

REFERÊNCIAS

BARRENGO, N. C. *et al.* The impact of the FIFA 11+ training program on injury prevention in football players: a systematic review. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 11, n. 11, p. 11986-12000, 2014. DOI: https://doi.org/10.3390/ijerph111111986.

BARROS, M. L. N. *et al.* Avaliação dos treinamentos de prevenção de lesões no futebol: uma revisão bibliográfica. **Caderno de Educação Física e Esporte**, v. 23, n. 1, 2025.

BERSACULA *et al.* O papel do enfermeiro na prevenção e no atendimento imediato de lesões no futebol. **Periódicos Brasil: Pesquisa Científica**, v. 5, n. 4, p. 1417-1431, 2026.

ESER, C. *et al.* The impact of the FIFA 11+ neuromuscular training programme on ankle injury reduction in football players: a systematic review and meta-analysis. **Muscles**, v. 4, n. 3, art. 30, 2025. DOI: https://doi.org/10.3390/muscles4030030.

GOMES NETO, M. *et al.* Effects of the FIFA 11 training program on injury prevention and performance in football players: a systematic review and meta-analysis. **Clinical Rehabilitation**, v. 31, n. 5, p. 651-659, 2017. DOI: https://doi.org/10.1177/0269215516675906.

HAMMES, D. *et al.* Injury prevention in male veteran football players: a randomised controlled trial using "FIFA 11+". **Journal of Sports Sciences**, v. 33, n. 9, p. 873-881, 2015. DOI: https://doi.org/10.1080/02640414.2014.975736.

LEAL, T. **Equipe multiprofissional de saúde**: quem faz parte e como gerir. [*S. l.*]: Mais Terapias, 2025. Disponível em: https://maisterapias.com.br. Acesso em: 17 jun. 2026.

LOPES, J. S. S. *et al.* Specific interventions for prevention of muscle injury in lower limbs: systematic review and meta-analysis. **Fisioterapia em Movimento**, v. 32, e003224, 2019.

RAMOS, A. P. *et al.* FIFA 11+ KIDS in the prevention of soccer injuries in children: a systematic review. **Journal of Orthopaedic Surgery and Research**, v. 19, n. 1, art. 413, 2024. DOI: https://doi.org/10.1186/s13018-024-04876-9.

SADIGURSKY, D. *et al.* The FIFA 11+ injury prevention program for soccer players: a systematic review. **BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation**, v. 9, art. 18, 2017. DOI: https://doi.org/10.1186/s13102-017-0083-z.

SANTOS, J. C. O. *et al.* Atuação do profissional de enfermagem esportiva: uma breve revisão. **Caderno de Educação Física e Esporte**, v. 20, e-28253, 2022. DOI: https://doi.org/10.36453/cefe.2022.28253.

SODER, R. M.; ERDMANN, A. L.; SILVA, L. A. A. da; OLIVEIRA, I. C. Cuidado em saúde e enfermagem no voleibol: revisão integrativa. **Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR**, Umuarama, v. 21, n. 2, p. 137-143, 2017. DOI: https://doi.org/10.25110/arqsaude.v21i2.2017.5314.

STEPHENSON, S. D. *et al.* A comprehensive summary of systematic reviews on sports injury prevention strategies. **Orthopaedic Journal of Sports Medicine**, v. 9, n. 10, 23259671211035776, 2021.

THORBORG, K. *et al.* Effect of specific exercise-based football injury prevention programmes on the overall injury rate in football: a systematic review and meta-analysis of the FIFA 11 and 11+ programmes. **British Journal of Sports Medicine**, v. 51, n. 7, p. 562-571, 2017. DOI: https://doi.org/10.1136/bjsports-2016-097066.

TUBER, D. C. **Prevenção de lesões esportivas**: como a enfermagem do esporte pode ajudar. [*S. l.*]: Portal da Ortopedia, 2023. Disponível em: https://portaldaortopedia.com.br/prevencao-de-lesoes-esportivas/. Acesso em: 19 jun. 2026.

VASCONCELOS, D. S. S. *et al.* A importância do enfermeiro do esporte na prevenção de lesões em atletas. *In*: SALÃO MULTIDISCIPLINAR DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA, 2., 2025, Campo Grande. **Anais** [...]. Campo Grande: Universidade Anhanguera-Uniderp, 2025.