



UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
EDUCAÇÃO FÍSICA - BACHARELADO

WELTON MELO ALVES BARBOSA

**ESTRATÉGIAS DE COPING NA RECUPERAÇÃO DE LESÕES NO FUTEBOL DE
ALTO RENDIMENTO**

RECIFE

2023

WELTON MELO ALVES BARBOSA

**ESTRATÉGIAS DE COPING NA RECUPERAÇÃO DE LESÕES NO FUTEBOL DE
ALTO RENDIMENTO**

Trabalho apresentado à disciplina de TCC2 do Curso de Educação Física do Departamento de Educação Física, da Universidade Federal de Pernambuco (UFPE), como um dos pré-requisitos para conclusão do curso de Educação Física (Bacharelado).

Orientador: Dr. Bruno Rodrigo da Silva Lippo

RECIFE

2023

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor,
através do programa de geração automática do
SIB/UFPE

Barbosa, Welton Melo Alves.

Estratégias de coping na recuperação de lesões no futebol de alto rendimento /
Welton Melo Alves Barbosa. - Recife, 2023.
34 : il., tab.

Orientador(a): Bruno Rodrigo da Silva Lippo
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Universidade Federal de
Pernambuco, Centro de Ciências da Saúde, Educação Física - Bacharelado,
2023.

Inclui referências, anexos.

1. Futebol. 2. Coping. 3. Lesões. I. Lippo, Bruno Rodrigo da Silva.
(Orientação). II. Título.

610 CDD (22.ed.)

FOLHA DE APROVAÇÃO

WELTON MELO ALVES BARBOSA

ESTRATÉGIAS DE COPING NA RECUPERAÇÃO DE LESÕES NO FUTEBOL DE ALTO RENDIMENTO

Trabalho apresentado à disciplina de TCC2 do Curso de Educação Física do Departamento de Educação Física, da Universidade Federal de Pernambuco (UFPE), como um dos pré-requisitos para conclusão do curso de Educação Física (Bacharelado).

Aprovado em: 04/05/2023.

BANCA EXAMINADORA

Documento assinado digitalmente
 BRUNO RODRIGO DA SILVA LIPPO
Data: 23/05/2023 00:47:12-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Orientador: Prof. Dr. Bruno Rodrigo da Silva Lippo
UFPE / Departamento de Educação Física

Documento assinado digitalmente
 ANA ELISABETH SOUZA DA ROCHA CARVALI
Data: 19/05/2023 02:02:48-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Prof. Dra. Ana Elisabeth Souza da Rocha Carvalho
UFPE / Departamento de Educação Física

Documento assinado digitalmente
 LUCIANA MARIA SILVA DE SEIXAS MAIA
Data: 18/05/2023 14:17:06-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Prof. Dra. Luciana Maria Silva de Seixas Maia
UFPE / Departamento de Histologia e Embriologia

AGRADECIMENTOS

Em primeiro lugar, agradeço a Deus por ser minha força, meu amparo e permitir que eu chegasse até aqui, desde o início, com a escolha pela Educação Física, e por ter me guiado até a conclusão do curso, motivo de orgulho para mim.

Agradeço também ao meu orientador, o Professor Bruno Lippo, por ter aceitado participar deste projeto com toda a sua boa vontade, disponibilidade e competência, sendo crucial para a realização do presente trabalho.

Agradeço à minha família, que esteve do meu lado em todos os momentos, dando todo o apoio necessário para que tudo aquilo que vivi durante a minha graduação fosse possível, culminando na minha formação como profissional.

Aos meus colegas de curso e amigos, especialmente Laís, Lucas e Natália por toda a parceria, contribuição e pelos momentos que vivemos, vocês trouxeram para esta graduação leveza e a tornaram muito mais especial.

Agradeço a todos docentes, que contribuíram enormemente com a minha formação, compartilhando o seu conhecimento e experiência com muita sabedoria.

RESUMO

Quando se trata do aspecto competitivo, o futebol é marcado por sua alta exigência física, técnica e tática, requerendo alta dedicação e frequência nos treinamentos. Tais níveis de demandas propiciam a ocorrência de diversos tipos de lesões. Fatores como o dano físico causado ao corpo e a gravidade da lesão, aliados a aspectos socioeconômicos e sociodemográficos, influenciam na forma como o atleta enfrenta o processo de recuperação. O coping pode ser definido como os resultados de uma cadeia de comportamentos, estratégias e atitudes que irão impactar na forma como determinado indivíduo convive com demandas estressantes, sejam estas internas ou externas. Neste sentido, o presente estudo tem como objetivo identificar as estratégias de coping utilizadas por atletas de futebol profissional durante o processo de lesão. Foi realizado através de revisão sistemática nas bases de dados da LILACS, PUBMED e do SCIELO, utilizando estudos relacionando lesões, recuperação, futebol e estratégias de coping, tendo sido publicados nos últimos 5 anos nas línguas portuguesa e inglesa. Foram encontradas 43 obras, das quais somente 4 foram consideradas após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão estabelecidos. Devido à baixa quantidade de produções acadêmicas relacionando as estratégias de coping a atletas de futebol acometidos por lesão, não foi possível traçar um padrão de estratégias comumente utilizadas por estes. No entanto, foi detectado que os atletas acometidos por lesão apresentaram uma tendência à utilização de estratégias motivacionais, enquanto que os atletas não acometidos por lesão tiveram uma preferência por estratégias racionais. Faz-se necessário mais estudos reunindo e relacionando informações acerca de lesões e estratégias de coping em atletas de futebol, visto que este é um campo ainda pouco explorado e que pode trazer benefícios significativos para que os jogadores possam render ao máximo e otimizar os resultados de suas equipes.

Palavras-chave: futebol, lesões e *coping*.

ABSTRACT

Regarding the competitive aspect, football is marked by its high physical, technical, and tactical demands, requiring dedication and frequent training. Such levels of demands lead to the occurrence of various types of injuries. Factors such as the physical damage caused to the body and the severity of the injury, combined with socio-economic and sociodemographic aspects, influence how the athlete faces the recovery process. Coping can be defined as the results of a chain of behaviors, strategies, and attitudes that will impact how a particular individual deals with stressful demands, whether internal or external. In this sense, the present study aims to identify coping strategies used by professional football athletes during the injury process. It was carried out through a systematic review of the LILACS, PUBMED, and SCIELO databases, using studies relating to injuries, recovery, football, and coping strategies, published in the last 5 years in Portuguese and English. 43 works were found, of which only 4 were considered after applying the established inclusion and exclusion criteria. Due to the low quantity of academic productions relating coping strategies to football athletes affected by injury, it was not possible to establish a pattern of strategies commonly used by them. However, it was detected that injured athletes tended to use motivational strategies, while uninjured athletes showed a preference for rational strategies. Further studies are needed to gather and relate information about injuries and coping strategies in football athletes, as this is still a relatively unexplored field that can bring significant benefits for players to perform at their best and optimize their team's results.

Keywords: soccer, injuries, *coping*.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Figura 1 – Regiões frequentemente acometidas por lesões em jogadores de futebol

Figura 2 – Locais anatômicos mais comprometidos em atletas que sofreram lesões.

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 – Síntese dos estudos que investigaram as lesões mais recorrentes em atletas de futebol de alto rendimento.

Tabela 2 – Síntese do estudo sobre as estratégias de *coping* em atletas participantes do Campeonato Sergipano de 2014.

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

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

FIFA – Federação Internacional de Futebol

CBF – Confederação Brasileira de Futebol

BVS – Biblioteca Virtual em Saúde

DeCS – Descritores em Ciências da Saúde

LILACS – Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde

SCIELO: Scientific Eletronic Library Online

PubMed: Instituto Nacional de Saúde

ISF – Inventário de Fatores de Stress do Futebol

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	11
2 OBJETIVOS.....	13
2.1 GERAL.....	13
2.2 ESPECÍFICOS.....	13
3. REFERENCIAL TEÓRICO.....	14
3.1 LESÕES NO FUTEBOL.....	14
3.2 ESTRATÉGIAS DE COPING.....	16
3.3 EVIDÊNCIAS.....	18
4. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS.....	20
4.1 DELINEAMENTO DO ESTUDO.....	20
4.2 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO.....	20
4.3 PROCEDIMENTOS DE COLETA.....	20
5. RESULTADOS.....	21
6. DISCUSSÃO.....	24
7. CONCLUSÃO.....	26
REFERÊNCIAS.....	
ANEXOS.....	
ANEXO A – FORMULÁRIO DE ORIENTAÇÃO.....	
ANEXO B – TERMO DE COMPROMISSO DE ORIENTAÇÃO.....	
ANEXO C - TERMO DE AUTORIZAÇÃO PARA DEPÓSITO DEFINITIVO DO TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO - TCC.....	

1 INTRODUÇÃO

Extremamente popular, o futebol é um esporte altamente celebrado e difundido pelos veículos de comunicação além dos meios informais, o que o permite ser apreciado por todas as camadas da sociedade, compondo a identidade patrimonial e cultural de uma grande diversidade de povos espalhados pelo mundo, potencializando e contribuindo para a inclusão de indivíduos à sociedade, ao ambiente competitivo, assim como a formação de cidadãos e possíveis atletas (Abrantes et al., 2022). Quando se trata do aspecto competitivo, o futebol é marcado por sua alta exigência física, técnica e tática, exigindo dos jogadores alta dedicação e frequência nos treinamentos. Tais níveis de exigência propiciam a ocorrência de diversos tipos de lesões (Selistre et al., 2009).

Santi e Pietrantonio (2013) afirmam que o processo de reabilitação de uma lesão acontece desde o momento em que ela ocorre. Isso se deve ao fato de que inúmeros fatores impactam de imediato o atleta acometido pelo problema. Fatores como o dano físico causados ao corpo, o tipo, razão e gravidade da lesão, além do histórico do indivíduo influenciam na forma como o atleta enfrenta o processo de recuperação. Estas variáveis podem ser agravadas por situações socioeconômicas, contextuais, sociodemográficas e biológicas mal resolvidas bem como as problemáticas, impactando na percepção de dor, performance funcional e qualidade de vida. (Santi; Pietrantonio, 2013).

De acordo com Lazarus e Folkman (1984, p. 141), o *coping* pode ser definido como os resultados de uma cadeia de comportamentos, estratégias e atitudes que irão impactar na forma como determinado indivíduo lida com demandas estressantes, sejam estas internas ou externas. Os autores ainda fazem a diferenciação entre *coping* e o comportamento adaptativo automatizado, ressaltando que quando se trata do *coping*, os esforços estão relacionados ao estresse psicológico realizado pelo indivíduo, o que é diferente dos pensamentos automáticos, que, por sua vez, prescindem de esforços mentais.

Levando em consideração os resultados e potencial dessas ferramentas, torna-se válido o questionamento acerca dos seus benefícios adaptados ao auxílio na recuperação de lesões. Neste sentido, ainda há certa negligência quanto ao uso de avaliações psicológicas e avaliação das estratégias de *coping* por parte de uma parcela de treinadores e preparadores físicos (Lindern et al., 2017), embora a presença de psicólogos do esporte nos clubes esteja se tornando cada vez mais comum.

Em estudo realizado com atletas de futebol do Campeonato Sergipano de 2014, os atletas apontaram as situações de treino e preparação inadequada como fatores importantes para

a ocorrência do estresse, podendo ser considerados fatores causadores de lesões (Costa, Vargas; Costa, 2019). Apesar dessa evidência, o fato é que muitos clubes não oferecem uma preparação adequada pelo fato de financeiramente não poderem arcar com melhores estruturas. Portanto, trabalhar as estratégias de enfrentamento nos atletas como forma de auxiliar na prevenção e reabilitação torna-se uma alternativa mais palpável, do ponto de vista financeiro e logístico.

Diante das pesquisas mencionadas e tendo em vista a baixa produção acadêmica relacionando as estratégias de *coping* ao tratamento de lesões, torna-se evidente a necessidade de trabalhos científicos voltados para a ampliação do conhecimento referente à influência de aspectos psicológicos na atuação esportiva dos esportistas.

2 OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GERAL

- Identificar as estratégias de *coping* utilizadas por atletas de futebol profissional durante seu processo de lesão.

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Detectar os tipos de lesões mais recorrentes em atletas de futebol de alto rendimento;
- Constatar se as estratégias de *coping* podem ser benéficas durante o processo de recuperação de lesões derivadas do futebol;
- Ampliar as possibilidades de intervenção profissional dos treinadores e suas comissões técnicas na preparação e recuperação dos seus atletas.

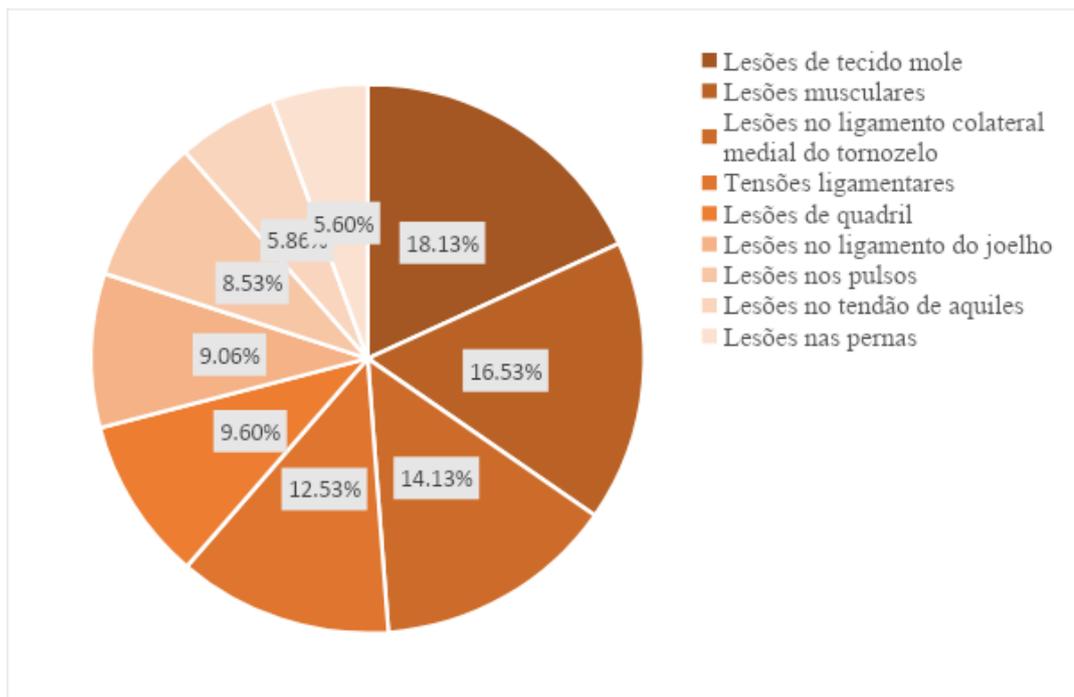
3 REFERENCIAL TEÓRICO

3.1 LESÕES NO FUTEBOL

Apesar de as lesões serem praticamente inevitáveis no futebol, devido à alta intensidade a que os atletas estão submetidos (Zhang e Wang, 2023), é possível preveni-las em alguns casos, além de propiciar uma melhor recuperação, fornecendo aos jogadores uma maior longevidade para suas carreiras e manutenção da saúde física destes atletas durante e após o período de lesão.

As lesões no futebol tendem a acontecer nos membros inferiores, sendo de maior incidência as musculares, as áreas mais afetadas são as coxas, joelhos e tornozelos (Possolini; Berto, 2022). Esses resultados se assemelham aos obtidos no estudo de Zhang e Wang (2023), em que as de tecido mole, como os cortes da pele ou membrana mucosa foram as que mais acometeram os atletas avaliados, seguidos pelas musculares, de ligamento colateral medial do tornozelo, derivadas de tensões ligamentares, de quadril, no ligamento do joelho, nos pulsos, no tendão de aquiles e nas pernas. Segundo Lippo e Salazar (2007), a articulação do joelho é a mais afetada nos esportes de alto impacto, devido às altas tensões a que é submetida. Os autores destacam que as lesões ligamentares são constantes em meio à prática esportiva, sendo responsáveis por tirar os atletas de sua atuação por longos períodos de tempo.

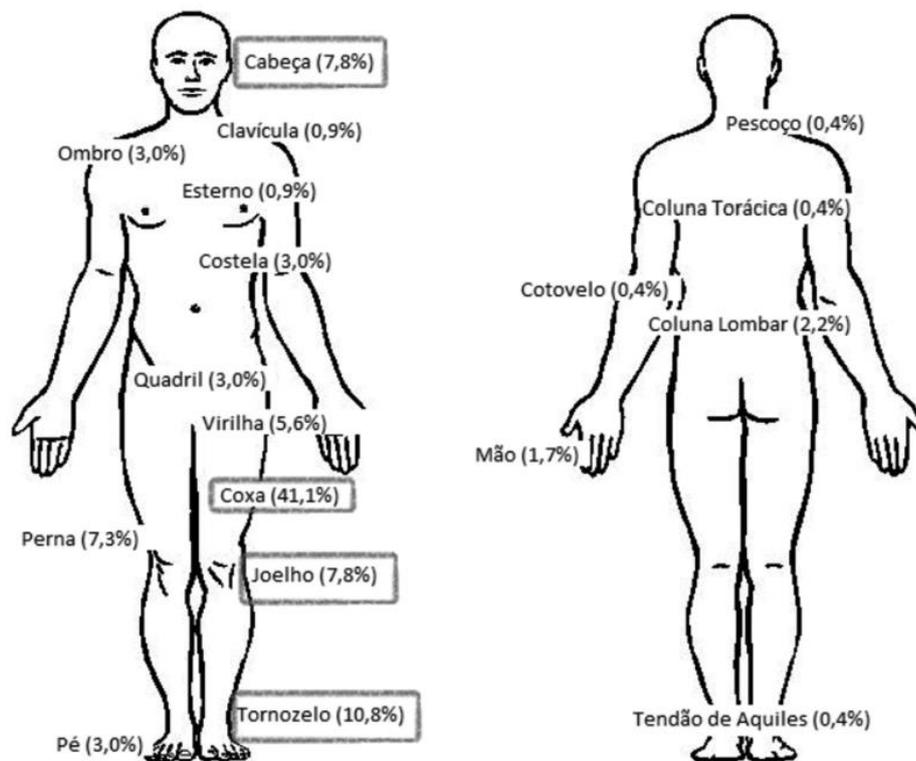
Figura 1 – Regiões frequentemente acometidas por lesões em jogadores de futebol



Fonte: ZHANG & WANG (2023); Adaptada pelo autor (2023).

Um estudo realizado por Arliani et al. (2019) identificou uma média de 0,82 de lesões por partida no Campeonato Brasileiro de Futebol de 2016. Os autores obtiveram resultados similares aos dos estudos citados anteriormente, como o fato de que a maioria das lesões ocorreu nos membros inferiores, com destaque para a coxa (41,1%) e o tornozelo (10,8%). A nível de membros superiores, a cabeça foi a região mais afetada (7,8%), ainda que em menor quantidade, se comparada proporcionalmente às áreas mais acometidas dos membros inferiores.

Figura 2 – Locais anatômicos mais comprometidos em atletas que sofreram lesões.



Fonte: ARLIANI et al. (2019)

De acordo com Medeiros (2016), o atleta de alto rendimento está constantemente convivendo com a dor, e pela natureza de seu ofício, a eles não é permitido parar de treinar ou ter um desempenho reduzido por longos períodos de tempo, mesmo que em decorrência de dores, já que sua imagem é constantemente alçada a um status altíssimo, comparável ao de um herói, tanto para o público como para si próprios.

As lesões inesperadas são situações estressantes vivenciadas pela maioria dos atletas, estando normalmente associadas a outros fatos estressantes, como o baixo desempenho desses

jogadores, a pressão sofrida pela torcida e familiares, dificuldades financeiras, entre outros fatores (Román e Savoia, 2003).

A busca por pesquisas capazes de auxiliar na prevenção lesões musculoesqueléticas em atletas é evidente, e se dá, principalmente, pelo ônus financeiro que as lesões representam aos clubes e também à carreira do atleta, já que dependendo da gravidade da lesão, e do estado psicológico do atleta, a lesão pode provocar uma perda de valor de mercado, associada à diminuição do desempenho técnico e físico, pelo fato de que frequentemente tais lesões graves necessitam de intervenções cirúrgicas e ou fisioterapia para tratamento (Ekstrand, 2013). Por esse motivo, a Federação Internacional de futebol – FIFA desenvolveu e tem investido em um programa de prevenção de lesões, intitulado de FIFA 11+ (Bizzini, Junge; Dvorak, 2008), que obteve resultados interessantes, como diminuir a incidência de lesões ligamentares, e pode chegar a reduzir em cerca de 30% da incidência de lesões no esporte. O referido protocolo consiste na realização de exercícios que têm como objetivo o desenvolvimento do equilíbrio neuromuscular, treinamento do core e exercícios de pliometria e agilidade, que aliados a outros protocolos de prevenção de lesão, pode trazer benefícios significativos, não apenas para o futebol como para outros esportes que demandem esforço físico dos atletas. (Cruz et al., 2015).

3.2 ESTRATÉGIAS DE *COPING*

Apesar de não ser um conceito muito popular no meio esportivo, o *coping* é bastante praticado neste âmbito de modo empírico, sendo utilizado por preparadores, treinadores e psicólogos do esporte (Velo e Pires, 2007) e se caracteriza como o conjunto de estratégias de enfrentamento para lidar com situações desconfortáveis ou incômodas, podendo ser utilizadas por todos os indivíduos (sejam eles atletas ou não) e variando em características como o tipo e quantidade de estratégias utilizadas (Antoniazzi; Dell’aglio e Bandeira, 1998). As estratégias de *coping* são divididas em duas categorias gerais, que são: enfrentamento do problema e enfrentamento da emoção. De acordo com Seidl, Tróccoli e Zannon. (2001), no enfrentamento focalizado no problema o indivíduo direciona seus esforços a modificar a situação estressante, visando solucionar os problemas causadores deste estado. Já no enfrentamento focalizado na emoção, o indivíduo busca corrigir seus estados emocionais alterados pelo objeto estressante, geralmente através do afastamento do problema. Os autores complementam ressaltando que ambas alternativas podem ser trabalhadas em conjunto.

Em estudo com atletas que praticavam esportes diversos, Soflu et al., (2011) identificou diferenças entre as estratégias de *coping* utilizadas por praticantes de esportes individuais e coletivos, comprovando que a modalidade adotada pelo esportista é um fator que tem influência direta sobre o nível das habilidades de *coping* do indivíduo. O autor utiliza como exemplo o nível de relaxamento, que é mais alto em sujeitos praticantes de esportes coletivos, como o futebol, se comparado aos esportes individuais. Os jogadores de futebol de alto nível podem utilizar diferentes estratégias de enfrentamento, tais como a busca de apoio social, a reavaliação positiva, a resolução dos problemas, a evitação e a autoacusação. (Verardi et al., 2011). De acordo com os autores, a resolução de problemas é a estratégia mais utilizada pelos atletas, o que pode ser um indício de que os treinamentos que são feitos com eles estão sendo efetivos. Outro destaque pode ser feito para os pensamentos de cunho religioso, que também é uma das estratégias mais utilizadas pelos jogadores.

Existem diversos instrumentos voltados à avaliação das estratégias de *coping*, normalmente aplicados à análise quantitativa e são geralmente utilizados por psicoterapeutas. Entretanto, boa parte destes instrumentos acabam não contemplando as competências abordadas durante a prática esportiva. Para esta finalidade foi criado o ACSI-28 (*Athletic Coping Skills Inventory-28*) desenvolvido por Smith et al. (1995) e posteriormente adaptado à realidade brasileira por Miranda et al. (2018). Este método consiste em 28 itens, sendo quatro escalas de avaliação para cada um dos sete fatores apontados pelo autor, que são:

a) Lidar com adversidades: a capacidade do atleta de manter o controle emocional independentemente das dificuldades que lhe ocorram, continuando calmo e com atitude positiva;

b) Desempenho sob pressão: a capacidade de enxergar as situações adversas como desafiantes, utilizando as dificuldades como um fator de motivação, performando melhor quando está pressionado;

c) Metas/Preparação Mental: a capacidade de planejar e traçar metas a serem cumpridas durante determinado período de tempo, se preparando para as possibilidades;

d) Concentração: a capacidade de lidar com situações inesperadas, evitando distrações e mantendo o foco na atividade a ser cumprida;

e) Liberdade de preocupações: a capacidade de dar a mínima importância a pensamentos negativos, como a possibilidade de errar ou o que as pessoas vão pensar caso o atleta falhe;

f) Confiança e Motivação: a capacidade de se dedicar ao máximo, tentando novamente mesmo em caso de erros, mantendo a confiança nas suas capacidades e treinamentos;

g) Treinabilidade: a capacidade de lidar com críticas e repreensões, utilizando-se disto para melhorar suas habilidades, sem tomar as críticas como ofensas.

Na esfera do desempenho, estudos recentes apontam para a importância do desenvolvimento de habilidades de *coping* em atletas durante a formação esportiva, pois este permite que haja um aumento no potencial de desempenho, em comparação com os atletas que não têm essas habilidades treinadas (De Almeida & Miranda, 2020). Em um estudo de Lindern et al. (2017) onde houve uma utilização do Inventário de Habilidades de Coping para atletas (*Athletic Coping Skills Inventory – ACSI-28*) (Smith et al, 1995), foi feita uma intervenção psicológica em atletas de base com idades entre 15 e 16 anos, onde se mantiveram um grupo de intervenção e outro de comparação. Ao fim do trabalho, foi identificado um aumento significativo nas habilidades de *coping* do grupo de intervenção, entre elas: “desempenho sob pressão”, “confiança”, “liberdade de preocupações” e “concentração”. Dessa forma, o artigo concluiu que, ao trabalhar as habilidades de *coping*, é possível haver uma evolução, dando vantagem aos atletas que passam por este processo.

3.3 EVIDÊNCIAS

O estudo das estratégias de *coping* atreladas ao tratamento de lesões é um campo ainda em crescimento na área do Esporte e da Educação Física, contando com um número reduzido de evidências, se comparado a outras temáticas. Neste panorama, o estudo de Costa et al. (2019) mostra-se como uma interessante ferramenta para estudo, principalmente se tratando do futebol. Em sua obra, os autores analisaram e compararam as estratégias utilizadas por atletas cometidos por lesão e atletas saudáveis, dentro de uma mesma competição.

De acordo com Rivas et al., (2012), é correto afirmar que as lesões esportivas estão relacionadas ao estresse psicológico. Seu trabalho concluiu que fatores como o estresse, ansiedade e percepção de baixa saúde emocional estão ligados às lesões.

Já segundo Román e Savoia (2003), o desempenho dos atletas de alto rendimento pode ser diretamente afetado pelas estratégias de enfrentamento utilizadas por estes, pois essas têm impacto nas implicações fisiológicas que os atletas sofreram. Um exemplo é a dilatação das pupilas, decorrente do medo ou ansiedade que uma pessoa, seja ela atleta ou não, pode sentir durante uma partida de futebol. Isso faz com que ocorra um declínio na atenção, propiciando ao indivíduo a não observação de detalhes e possíveis jogadas dentro de uma partida. Pujals e Vieira (2002) constataram que este fator tem implicações na capacidade de tomada de decisões

do jogador, fazendo com que ele tenha reações diferentes das que comumente teria caso não estivesse ansioso, e pode impactar na forma como irá lidar com uma lesão. Ainda de acordo com os autores, um aspecto psicológico inversamente proporcional à ansiedade e fundamental para um bom rendimento esportivo é a autoconfiança, pois esse atributo irá impactar na forma como o atleta enxergará e reagirá aos acontecimentos dentro e fora de campo, podendo tornar a o enfrentamento das situações mais simples ou mais complexo. Retomando o estudo de Román e Savoia (2003), A depender da estrutura do clube e do trabalho psicológico feito pela equipe encarregada pelos jogadores, as emoções negativas e positivas podem aumentar ou diminuir.

Em outro estudo, Coimbra et al. (2013) fizeram uso do ACSI-28 em uma amostra de 375 atletas de diferentes modalidades, diferentes níveis de desempenho, idade e tempo de prática. Os pesquisadores atestaram que os atletas que estavam atuando em alto desempenho apresentaram níveis maiores nas sete habilidades listadas pelo instrumento em comparação com os atletas atuantes em camadas inferiores, ideia complementada posteriormente por De Almeida e Miranda (2020), quando apontaram para a tendência de atletas de alto nível possuírem as competências trabalhadas pelas estratégias de *coping* melhor desenvolvidas, permitindo um maior potencial para aumento do desempenho. Coimbra et al. (2013) ainda concluíram em seu estudo que existe uma necessidade pelo treinamento das habilidades psicológicas dos atletas, enfatizando que estas podem variar bastante a depender do contexto em que o atleta está inserido e quais adversidades o mesmo está vivenciando.

4 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

4.1 DELINEAMENTO DO ESTUDO

Este estudo se caracteriza como uma revisão sistemática, realizado entre dezembro de 2022 e abril de 2023, se utilizando de artigos publicados em revistas indexadas às bases de dados eletrônicas da Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde – Interface BVS (LILACS), da Biblioteca Nacional de Medicina e Instituto Nacional de Saúde (PUBMED) e do Scientific Electronic Library Online (SCIELO).

4.2 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO

CrITÉrios de inclusão: artigos a partir do ano de 2018 referentes aos temas estudados nas línguas portuguesa e inglesa que possuam relação com lesões, recuperação, futebol e estratégias de *coping*. Além disso, foram incluídos artigos que estudaram o comportamento de atletas de alto rendimento, seja ele profissional, amador ou pertencente a categorias de base. Por fim, não fizemos distinção por gnero, incluindo atletas do gnero masculino e feminino.

CrITÉrios de exclusão: artigos que tratam de lesões não relacionadas ao futebol de alto rendimento e publicaoes que associam essas estratégias a atividades do cotidiano, que não as esportivas. Ademais, foram excluídos artigos de revisão.

4.3 PROCEDIMENTOS DE COLETA

A busca pelos termos foi realizada através da consulta aos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), através do portal da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Para tal, foram utilizados os termos *coping*, *soccer*, *injuries*, *recovery*.

Foi executada uma busca eletrnica de artigos originais nas bases de dados utilizando-se as ferramentas de busca avançada, através da combinação dos descritores e a aplicação dos limites que foram previamente estabelecidos. Em seguida os títulos e resumos das publicaoes foram identificados pela estratégia de busca eletrnica e julgamento das mesmas seguindo os crITÉrios anteriormente citados. A partir desta prévia seleção, uma leitura na íntegra de todos os artigos considerados elegíveis foi executada.

5 RESULTADOS

Foram utilizadas as palavras-chave na pesquisa avançadas de portais como PubMed, Scielo e Google Acadêmico e LILACS, através dos indexadores AND e OR, além dos seguintes índices: Title (título); Title/Abstract (título/resumo) e Language (língua), encontrando assim 43 obras, que fazem parte de uma grande variedade de revistas. Após a leitura, foram excluídos 21 artigos de revisão bibliográfica, além de outros 18 artigos que não cumpriram com os critérios inicialmente estabelecidos. Dentre os artigos que avaliaram as lesões, 3 se sobressaíram, que estão destacados na Tabela 1.

Tabela 1 – Síntese dos estudos que investigaram as lesões mais recorrentes em atletas de futebol de alto rendimento.

Autor/ano	Objetivo	Amostra	Tipo de estudo	Metodologia	Resultados
Arliani et al. (2019).	Determinar a prevalência, as características e possíveis fatores de risco para as lesões ocorridas durante as partidas do Campeonato Brasileiro de Futebol.	Todos os atletas regularmente inscritos no Campeonato Brasileiro da série A de 2016 que participaram de pelo menos 1 jogo do torneio.	Estudo de corte prospectivo.	Lesões registradas pelo médico responsável de cada equipe, por meio de um sistema online de mapeamento de lesões disponível no portal do médico da Confederação Brasileira de Futebol (CBF). Foram utilizadas variáveis como a distribuição dos atletas por clubes, posição de atuação, faixa-etária, número de partidas jogadas e tempo de participação nos jogos.	Foram registradas 312 lesões ocorridas durante as partidas, com uma taxa de incidência de 24,9 lesões por 1000 horas de exposição. A maioria das lesões ocorreu nos membros inferiores, sendo a coxa (41,1%) e o tornozelo (10,8%) as regiões mais afetadas. As lesões musculares foram as mais frequentes (42,1%), seguidas pelas lesões ligamentares (29,0%) e pelas fraturas (6,9%).
Possolini; Berto (2022).	Analisar a incidência de lesões em jogadores de futebol profissional.	25 jogadores que compõem uma equipe de futebol profissional que disputou o Campeonato Brasileiro da Série A e a Copa do Brasil.	Estudo transversal.	Foi aplicado um questionário que continha perguntas de múltipla escolha e dissertativas e foi respondido remotamente através da plataforma Google Forms. Após a coleta, as informações foram analisadas estatisticamente	Houve um predomínio de lesões nos membros inferiores, mais precisamente na coxa, citada 9 vezes de um total de 34 lesões (26%), seguida por tornozelo, que foi citado 7 vezes (20%). Dentre os tipos de lesões, as mais citadas foram as musculares (35%), seguida da pubalgia (14%).

				através de um banco de dados.	
Yu Zhang; Bo Wang (2023).	Investigar as lesões esportivas mais acometidas nos jogadores profissionais de futebol.	198 homens e 177 mulheres profissionais do futebol.	Estudo transversal.	Efetuiu-se uma pesquisa por questionário com cerca de 365 retornos válidos. Os dados foram coletados e distribuídos através de um banco de dados.	Entre as lesões esportivas de atletas profissionais de futebol, as lesões de menor grau são mais frequentes, sendo os membros inferiores os mais afetados.

Fonte: O Autor (2023).

Se tratando da avaliação das estratégias de coping, apenas um artigo encontrado se enquadrou nos critérios estabelecidos, que foi o artigo de Costa, Vargas e Costa(2019), que avaliou as estratégias de *coping* em atletas de futebol profissional que participaram do Campeonato Sergipano de 2014, a seguir na Tabela 2.

Tabela 2 – Síntese do estudo sobre as estratégias de *coping* em atletas participantes do Campeonato Sergipano de 2014.

Autor/ano	Objetivo	Amostra	Tipo de estudo	Metodologia	Resultados
Costa et al. (2019)	investigar a percepção de situações estressoras e as estratégias de enfrentamento utilizadas por atletas lesionados e não lesionados no Campeonato Sergipano de 2014.	81 atletas de futebol profissional, de quatro equipes semifinalistas do Campeonato Sergipano de 2014.	Estudo transversal.	Aplicação do Inventário de Fatores de Stress no Futebol (ISF) de Brandão (2000). Após preenchimento do ISF, os atletas responderam a Escala de Modo de Enfrentamento de Problemas (EMEP), para identificar as estratégias de enfrentamento mais utilizadas. Por fim, os pesquisadores entrevistaram os atletas e, dentre as questões	Houve grande diferença de estratégias adotadas, em que o grupo de atletas lesionados apresentou maior uso de estratégias motivacionais, enquanto o grupo de não lesionados apresentou superioridade no uso de uma estratégia racional, metódica no enfrentamento do problema.

investigadas, indagou-se se o atleta havia sofrido lesões na temporada em questão, indagando-se em seguida qual a região acometida. Por fim, realizou-se uma análise descritiva para mensurar o quantitativo de lesões e regiões mais acometidas na temporada.

Fonte: O Autor (2023).

Os autores compararam as estratégias utilizadas pelos atletas lesionados e as utilizadas pelos atletas que não foram acometidos por lesão, obtendo resultados distintos, expostos na Tabela 3:

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

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

Fonte: Costa; Vargas e Costa (2019)

6 DISCUSSÃO

Devido à baixa quantidade de produções acadêmicas relacionando as estratégias de coping a atletas de futebol acometidos por lesão, não foi possível traçar um padrão de estratégias comumente utilizadas por estes. No entanto, o estudo de Costa, Vargas e Costa (2019) identificou que há diferença no tipo de estratégias utilizadas pelos atletas saudáveis e lesionados, estes optando majoritariamente por estratégias motivacionais, o que pode se supor que ocorre pelo fato de estarem impossibilitados de atuar, devido à sua atual condição. Neste mesmo estudo, o autor constatou que os jogadores não acometidos por lesão fizeram uso de estratégias de *coping* em sua maioria racionais. Em comparação com o estudo de Almeida e Miranda (2020) feito com atletas não acometidos por lesões das categorias de base de uma equipe, houve divergência, pois neste houve um predomínio de estratégias motivacionais, mesmo que os atletas estivessem saudáveis. Tal diferença pode ser explicada pela idade e categoria do público avaliado, que foi de 12 e 13 anos, enquanto que Costa, Vargas e Costa (2019) avaliaram indivíduos adultos e pertencentes à categoria profissional.

Apesar da baixa produção acadêmica relativa a esse assunto, é fato que intervenções psicológicas têm implicações positivas em atletas acometidos por lesões, propiciando aos mesmos um processo de recuperação menos danoso ao emocional dos jogadores. (Santi e Pietrantonio, 2013) Intervenções como a definição de objetivos, suporte social e a definição de objetivos, por exemplo, têm como consequência um aumento da autoconfiança desses atletas, motivação e satisfação dos mesmos, além da diminuição da ansiedade e depressão. Os autores ainda ressaltam que até mesmo as estratégias de *coping* escolhidas pelos atletas para lidar com a lesão presente podem ser positivas ou negativas a depender da intervenção a ser feita.

Segundo Pujals e Vieira (2002), a motivação é um dos fatores que crescem conforme os atletas jogam as partidas e participam de períodos competitivos. Por outro lado, à medida que o tempo passa e os jogadores vivem um hiato temporal em relação às competições, a tendência é que a motivação desses atletas sofra um decréscimo. Dessa forma, no momento de uma lesão grave, em que os jogadores precisam ficar meses em inatividade, a motivação é um aspecto que deve ser observado.

No que tange às lesões, os membros inferiores parecem ser os mais afetados, com destaque para a coxa, joelho e tornozelos, com as lesões musculares e ligamentares ocorrendo com maior frequência. (Arliani et al., 2019); (Possolini e Berto, 2022); (Zhang e Wang, 2023). Em comparação com outro estudo, realizado no campeonato brasileiro de futebol, nas temporadas de 2016, 2017 e 2018, as lesões musculares representaram 35% do total de lesões

no triênio, sendo os músculos isquiotibiais responsáveis por 41,1% das lesões musculares em 2016, 40,5% em 2017 e 33,7% em 2018 (Furlan et al., 2020). Infelizmente, apesar dos esforços, ainda não foi possível estabelecer um protocolo de prevenção de lesões musculares, diferente das lesões nos tendões como ocorre no joelho e tornozelo, pela maior oferta de estudos efetivos que possibilitaram a criação de protocolos para prevenção de lesões como o FIFA 11+ (Ekstrand, 2013). Zhang e Wang (2023) pontuaram que os alongamentos e aquecimentos realizados antes dos treinos e de competições podem ajudar os atletas na prevenção de lesões, ressaltando que ao alongar, o jogador gera um alívio da tensão corporal, assim como melhora a coordenação muscular. Além disso, outras estratégias que necessitam da participação da comissão técnica como o correto planejamento das sessões de treinamento e a seleção de bons equipamentos também foram citados. Os autores ainda afirmam que fatores psíquicos podem ter influência na ocorrência de lesões (Zhang e Wang, 2023). Apesar de as técnicas e estratégias abordadas pelos autores se mostrarem efetivas no que tange à prevenção, a necessidade de abordagens capazes de otimizar a recuperação se mostra ainda presente no âmbito esportivo.

7 CONCLUSÃO

Existem indícios e evidências de que as estratégias de coping podem impactar negativamente ou positivamente na recuperação de atletas de futebol. No entanto, essas estratégias devem estar acompanhadas de intervenções psicológicas e integradas que podem ser feitas pelos profissionais responsáveis pelos jogadores, de modo a permitir melhores recuperações aos esportistas. Além de bons profissionais, é fundamental que os clubes ofereçam aos atletas boas condições estruturais para suprir as demandas que surgem no momento em que o sujeito sofre uma lesão. Abordagens como a qualificação dos profissionais presentes e treinamento dos atletas para que façam uso das estratégias de *coping* a seu favor se mostram promissoras. No entanto, ainda é necessário que haja mais estudos reunindo e relacionando informações acerca de lesões e estratégias de coping em atletas de futebol, visto que este é um campo ainda pouco explorado e que pode trazer benefícios ao desenvolvimento e continuidade do esporte.

REFERÊNCIAS

- ABRANTES, F. V. de P. *et al.* Patrimônio afetivo, concreto e em movimento: o caso do futebol. **Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer - UFMG**, Belo Horizonte, v. 25, n. 2, p. 310-333, 2022. Disponível: <<https://periodicos.ufmg.br/index.php/licere/article/view/40805>>. Acesso em: 20 mar 2023.
- ANTONIAZZI, A. S.; DELL'AGLIO, D. D.; BANDEIRA, D. R. O conceito de coping: uma revisão teórica. **Estudos de Psicologia**, Natal, v. 3, ed. 2, p. 273-294, 1998. Disponível: <<https://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/23114>>. Acesso em: 14 dez de 2022.
- BIZZINI, M., JUNGE, A., e DVORAK, J. FIFA 11+ Manual – Um Programa de Aquecimento Completo para Prevenir Lesões no Futebol. **FIFA Medical Assessment and Research Centre (F-MARC)**. Zurique, 2008. Disponível em: <https://www.f-marc.com/files/downloads/workbook/11plus_workbook_ptbr.pdf>. Acesso em: 27 jun de 2022.
- BRANDÃO, M. R. F. Fatores de stress em jogadores de futebol profissional. Tese de Doutorado. **Faculdade de Educação Física da UNICAMP**. Campinas. 2000. Disponível em: <<https://repositorio.unicamp.br/Busca/Download?codigoArquivo=470697>>. Acesso em: 23 dez de 2022.
- COSTA, C. F. T.; COSTA, A. C. S.; VARGAS, M. M. Lesão física, estresse psicológico e enfrentamento em atletas de Futebol. **Revista Brasileira de Futsal e Futebol**, São Paulo, v. 11, ed. 43, p. 208-214, 2019. Disponível: <<http://www.rbff.com.br/index.php/rbff/article/view/744>>. Acesso em: 29 jan de 2023.
- CRISTIANO NETTO, D. *et al.* Avaliação prospectiva das lesões esportivas ocorridas durante as partidas do Campeonato Brasileiro de Futebol em 2016. **Revista Brasileira de Ortopedia**, São Paulo, v. 54, n. 3, p. 329-334, 2019. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/334202220_Avaliacao_prospectiva_das_lesoes_esportivas_ocorridas_durante_as_partidas_do_Campeonato_Brasileiro_de_Futebol_em_2016>. Acesso em: 28 jan de 2023.
- CRUZ-FERREIRA, A. *et al.* Programas de exercício na prevenção de lesões em jogadores de futebol: Uma revisão sistemática. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, Évora, Portugal, v. 21, ed. 3, p. 236-241, 2015. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rbme/a/B7rnsLR6pvj8KffxfryFMbh/abstract/?lang=pt>>. Acesso em 14 dez de 2022.
- DE ALMEIDA, D. R.; MIRANDA, M. V. Habilidades de *coping* em jogadores de futebol de categoria de base. **Revista Brasileira de Futebol**, Juiz de Fora, v. 13, ed. 3, p. 65-79, 2020. Disponível em: <<https://rbf.ufv.br/index.php/RBFutebol/article/view/321>> Acesso em 29 jan de 2023.
- EKSTRAND, J. *et al.* Fewer ligament injuries but no preventive effect on muscle injuries and severe injuries: an 11-year follow-up of the UEFA Champions League injury study. **Br J Sports Med**, Linköping, Suécia, v. 47, ed. 12, p. 732-737, 1 jun. 2013. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23813543/>>. Acesso em: 24 abr de 2023.

- GONÇALVES, M. V. P. *et al.* Epidemiologia de lesões musculoesqueléticas em praticantes amadores de futebol. **Motricidade**, Campo Grande, MS, v. 11, ed. 4, p. 134-141, 2015. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/297754862_Epidemiologia_de_lesoes_musculoesq_ueleticas_em_praticantes_amadores_de_futebol> Acesso em: 29 jan de 2023.
- LAZARUS, R. S.; FOLKMAN, S. Stress, Appraisal, and Coping. **New York: Springer Publishing Company**, 1984. 445 p. v. 1.
- LINDERN, D. *et al.* Impacto de uma intervenção psicológica para atletas de futebol de categorias de base. **Contextos Clínicos**, Porto Alegre, v. 10, ed. 1, p. 60-73, 2017. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-34822017000100006>. Acesso em: 29 jan de 2023.
- LIPPO, B. R. S.; SALAZAR, MARCELO. Etiologia das lesões esportivas: Um estudo transversal. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, São Paulo, v. 1, ed. 2, p. 25-34, 2007. Disponível em: <<http://www.rbpfex.com.br/index.php/rbpfex/article/view/15>>. Acesso em: 23 maio de 2023.
- MARGATO, G. F. *et al.* Estudo prospectivo das lesões musculares em três temporadas consecutivas do Campeonato Brasileiro de Futebol. **Rev. bras. ortop.**, São Paulo, v. 55, n. 6, p. 687-694, 2020. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rbort/a/xPq6x4Mq9Phz5VJ4nsDycfd/?lang=pt&format=pdf>>. Acesso em: 14 dez de 2022.
- MIRANDA, R. *et al.* BRAZILIAN VERSION (ACSI-28BR) OF ATHLETIC COPING SKILLS INVENTORY-28. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, São Paulo, v. 24, n. 2, p. 130-134, Mar. 2018. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rbme/a/QmjHsggbhVGVyXhjY9LFWZD/?lang=en>>. Acesso em: 14 dez de 2022.
- POSSELLINI, T. B.; BERTO, G. P. Incidência de lesões musculoesqueléticas em jogadores de futebol - categoria profissional. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, São Paulo, v. 28, n. 1, p. 89-94, 2022. Disponível em: <<https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/6663/2567>>. Acesso em: 21 mar de 2023.
- PUJALS, C.; VIEIRA, L. F. Análise dos fatores psicológicos que interferem no comportamento dos atletas de futebol de campo. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 10, n. 3, p. 7-14, 2002. Disponível em: <<https://ludopedio.org.br/biblioteca/analise-dos-fatores-psicologicos-que-interferem-no-comportamento-dos-atletas-de-futebol-de-campo>>. Acesso em: 15 abr de 2023.
- REIS, A. L. P. P. *et al.* Estresse e Fatores Psicossociais. **Psicologia: Ciência e Profissão**, Bahia, v. 30, n. 4, p. 712-725, 2010. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/pcp/a/8VdqxG3rYm37knTdfCxxqtm/abstract/?lang=pt>>. Acesso em: 14 dez de 2022.
- RIVAS, C. *et al.* Bienestar psicológico, salud general, autonomía percibida y lesiones en futbolistas. **Revista de Psicología del Deporte**, Palma de Mallorca, Espanha, v. 21, n. 2, p.

365-371, 2012. Disponível em: <<https://www.redalyc.org/pdf/2351/235126897017.pdf>>. Acesso em: 20 mar de 2023.

ROMÁN, S.; SAVOIA, M. G. Pensamentos automáticos e ansiedade num grupo de jogadores de futebol de campo. **Psicologia: Teórica e Prática**, Santos, v. 5, ed. 2, p. 13-22, 2003. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-36872003000200002>. Acesso em: 14 dez de 2022.

ROSSI, M. R. et al. Estratégias de coping em atletas de futebol feminino: estudo comparativo. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, São Paulo, v. 22, n. 4, p. 282-286, 2016. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rbme/a/MVc7ZyjLGr9YNvmvnFHRVZb/abstract/?lang=pt>>. Acesso em: 14 dez de 2022.

SANTI, G.; PIETRANTONI, L. Psychology of sport injury rehabilitation: A review of models and interventions. **Journal of Human Sport and Exercise**, v. 8, ed. 4, p. 1029-1044, 2013. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/286514140_Psychology_of_sport_injury_rehabilitation_A_review_of_models_and_interventions>. Acesso em: 28 jan de 2023.

SEIDL, E. M. F.; TRÓCCOLI, B. T; ZANNON, C. M. L. C. Análise Fatorial de Uma Medida de Estratégias de Enfrentamento. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, Brasília, v. 17, ed. 3, p. 225-234, 2001. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/ptp/a/ZrVhwTxQm7kbtDMfFhbxwNM/?lang=pt>>. Acesso em: 06 jan de 2023.

SELISTRE, L. F. A. et al. Incidência de lesões nos jogadores de futebol masculino sub-21 durante os Jogos Regionais de Sertãozinho-SP de 2006. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, Niterói, v. 15, n. 5, p. 351-354, 2009 Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rbme/a/kvz3h5LddDkfpvZNR6HqwbB/abstract/?lang=pt>> Acesso em: 05 fev de 2023.

SMITH, R. *et al.* Development and Validation of a Multidimensional Measure of Sport-Specific Psychological Skills: The Athletic Coping Skills Inventory-28. **Journal of Sport & Exercise Psychology**, Washington, EUA, v. 1995, ed. 17, p. 379-398, 1995. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/232496845_Development_and_Validation_of_a_Multidimensional_Measure_of_Sport-Specific_Psychological_Skills_The_Athletic_Coping_Skills_Inventory-28>. Acesso em: 05 jan de 2023.

VASCONCELOS-RAPOSO, J. *et al.* Relevância da intervenção psicológica em casos de lesão de atletas. **Revista Portuguesa de Ciências do Desporto**, Vila Real, Portugal, v. 14, ed. 2, p. 110-131, 2014. Disponível em: <https://www.academia.edu/50013465/Relevância_da_intervenção_psicológica_em_casos_de_lesão_de_atletas>. Acesso em: 07 fev de 2023.

VELOSO, S.; PIRES, A. P. Psicologia das lesões desportivas: importância da intervenção psicológica. **Revista Portuguesa de Fisioterapia no Desporto**, Lisboa, v. 1, ed. 2, p. 38-47, 2007. Disponível em:

<https://www.academia.edu/4954471/A_Psicologia_das_Lesões_Desportivas_importância_da_intervenção_psicológica>. Acesso em: 30 jan de 2023.

VERARDI et al., 2011. Estratégias de enfrentamento em jogadores de futebol. **Revista brasileira de Ciência e Movimento**, Rio preto, v. 19, ed. 4, p. 60-67, 2011. Disponível em: <<https://repositorio.unesp.br/handle/11449/134641>>. Acesso em: 19 abr de 2023.

ZHANG, Y.; WANG, B. Sports injuries in professional soccer players. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, São Paulo, v. 29, n. 1, p. 1-4, 2023. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rbme/a/JvXHj35hNM8WFsvN6jhFPBd/?lang=en>> Acesso em: 15 abr de 2023.

ANEXOS

ANEXO A – FORMULÁRIO DE ORIENTAÇÃO



UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
COORDENAÇÃO DO CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA

Formulário de Orientação

Dados do Orientador:

Nome: Bruno Rodrigo da Silva Lippo

SIAPE: 3423804

Instituto de Ensino Superior: UFPE

Departamento: Educação Física

Semestre: 2022.2

Período: DEZ/22 A MAIO/23.

Dados do Orientando:

Nome: Welton Melo Alves Barbosa

Título Provisório: Estratégias de coping na recuperação de lesões no futebol de alto rendimento

Data	Orientações	Assinatura do Orientador
15/12/22	Orientações iniciais - Introdução	
20/01/22	Desenvolvimento do Referencial Teórico	

06/04/22	Desenvolvimento da Discussão e Conclusão	 Bruno Rodrigo da Silva Lippo Docente do Depto. de Educação Física SIAPE: 3423804
17/04/22	Ajustes finais	 Bruno Rodrigo da Silva Lippo Docente do Depto. de Educação Física SIAPE: 3423804
22/04/22	Correção final	 Bruno Rodrigo da Silva Lippo Docente do Depto. de Educação Física SIAPE: 3423804

ANEXO B – TERMO DE COMPROMISSO DE ORIENTAÇÃO

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
COORDENAÇÃO DO CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

Termo de Compromisso de Orientação

Eu, **Welton Melo Alves Barbosa**, matrícula n **71183579446**, aluno do Curso de Educação Física, Departamento de Educação Física, Centro de Ciências da Saúde, Universidade Federal de Pernambuco, inscrito no CPF **711.835.794-46** e RG **90818094**, informo que o Prof. **Bruno Rodrigo da Silva Lippo**, SIAPE **3423804**, Lotado no Departamento de **Educação Física** da UFPE será o meu orientador de Trabalho de Conclusão de Curso. Assumo estar ciente do meu compromisso e de todas as normas de construção, acompanhamento, apresentação e entrega do artigo (original ou revisão) e/ou monografia.

Recife, 22 de Abril de 2023

Assinatura do Orientador
Bruno Rodrigo da Silva Lippo

Assinatura do Orientando
Welton Melo Alves Barbosa

**ANEXO C – TERMO DE AUTORIZAÇÃO PARA DEPÓSITO DEFINITIVO DO
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO – TCC**

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

COORDENAÇÃO DO CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA

**Termo de Autorização para Depósito Definitivo Trabalho De Conclusão de
Curso - TCC**

Pelo presente instrumento, eu, Professor **Bruno Rodrigo da Silva Lippo**, Orientador do discente **Welton Melo Alves Barbosa** do Curso de Educação Física na Universidade Federal de Pernambuco - UFPE, autorizo o depósito definitivo de seu trabalho de Conclusão de Curso - TCC intitulado: **“ESTRATÉGIAS DE COPING NA RECUPERAÇÃO DE LESÕES NO FUTEBOL DE ALTO RENDIMENTO”**.

TIPO DE TRABALHO: ARTIGO CIENTÍFICO () MONOGRAFIA (x)
CURSO: LICENCIATURA () BACHARELADO (x)

Recife, **23 de maio de 2023**.



Documento assinado digitalmente
BRUNO RODRIGO DA SILVA LIPPO
Data: 23/05/2023 00:49:55-0300
Verifique em <https://validar.itl.gov.br>

**Assinatura do Orientador
Bruno Rodrigo da Silva Lippo**

**Assinatura do Orientando
Welton Melo Alves Barbosa**