



LESÃO MENISCAL AVALIADA PELO TESTE DE MCMURRAY ASSOCIADA AO SOBREPESO E À PRÁTICA DE EXERCÍCIO SEM ORIENTAÇÃO ADEQUADA

Pesquisador(es): MELLO, Poliany; MATIELLO, Silvana; ANZILIEIRO, Morgana; ZAWADZKI, Patrick

Curso: Educação Física

Área: Ciências da Vida e da Saúde

Resumo: Os meniscos possuem a função de amortecimento do impacto fêmur-tíbia, a carga maior sofrida pela prática esportiva acaba gerando alta incidência de lesões. O processo diagnóstico da lesão meniscal possui dentre seus exames o teste de McMurray (MM), que é iniciado com o cliente em decúbito dorsal com joelho a ser testado em flexão de 90°. Em seguida, o menisco medial é avaliado efetuando flexão máxima do joelho e rotação externa segurando o retro pé do paciente para exercer uma força axial, enquanto se exerce um estresse em varo para comprimir o menisco medial. Após o posicionamento, o joelho é passivamente estendido, o teste é positivo se o paciente se queixar de dor e/ou examinador sentir um estralo no local. Este estudo teve como objetivo avaliar adultos do entorno familiar e social dos autores para treinar a aplicação do teste e relacionar possíveis causas da lesão. No total, participaram 40 pessoas (22 mulheres e 18 homens) nos quais foram aplicados o teste MM e avaliado a massa corporal. Os resultados mostraram distribuição na classificação da massa corporal desde magreza até obesidade I. Aqueles que sentiam maior fadiga no teste eram as pessoas com sobrepeso e normalmente os homens nível FAP 6, porém também mulheres mais magras sofriam com o teste no nível FAP 8. A maior incidência de problemas encontrados foram nos homens. Acredita-se que parte das causas referem-se à prática do futebol sem orientação adequada, de foram irregular e em baixa condição física. O estudo ilustra a importância de incorporação desse procedimento no trabalho do profissional de EF.

Palavras-chave: Lesão meniscal. Teste de McMurray. Antropometria. Atividade física.

E-mails: polianymello@gmail.com; silvanamatiello12@gmail.com