

MEDICINA

Acidentes desportivos mais comumente encontrados e o tratamento no Departamento Médico da E. E. F. E.

Pelo Cap. Médico Dr. AUREO HORA BRITO

(CHEFE DO PÓSTO MÉDICO E DO GABINETE DE FISIOTERAPIA E INSTRUTOR DE FISIOTERAPIA E TRAUMATOLOGIA DESPORTIVA.)

CONTUSÕES:

Muito freqüentes na prática dos desportos, embora não produzam alterações ósseas e musculares, acarretam, entretanto, transtornos à rede vascular e nervosa.

Há derrame de sangue (equimose) e inchaço (edema). Para o tratamento das contusões em geral, é indispensável o repouso e a aplicação de saco de gelo nas primeiras 24, 48 ou 72 horas (de acôrdo com a gravidade do caso),

de contato das superfícies articulares. Uma primeira entorce, dispõe às recidivas.

Dos acidentes desportivos, é a entorce um dos mais comuns, principalmente entre os jogadores de futebol.

SINTOMATOLOGIA:

Além da dor que logo se manifesta, chegando ao desfalecimento, e que aumenta com a tentativa de movimento ou pressão, aparece o

sanguíneos, linfáticos e articulares. Antes da pressão de massagem, fazer aplicações de ondas curtas ou infra-vermelho.

LUXAÇÃO:

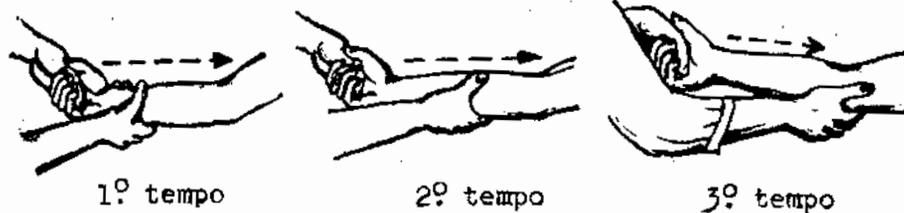
É a lesão de uma articulação em consequência de uma queda ou movimento brusco e violento que determina a saída da extremidade óssea de sua cavidade natural.

As luxações podem ser **Completas** quando as superfícies articulares perdem toda a relação entre si e **Incompletas**, quando ainda se correspondem em parte.

As luxações, são mais graves que as entorces. As articulações que luxam mais facilmente são: escápulo-umeral, cotovêlo e temporomandibular.

SINTOMATOLOGIA:

A deformação da articulação é característica havendo alongamento ou encurtamento do membro. Pouco depois do trauma há inchaço ou edema no local da luxação. Há impossibilidade de mover o membro (impotência funcional). Dor a qualquer tentativa de movimento.



DESILZAMENTO NOS MÚSCULOS DO ANTEBRAÇO DIREITO, REGIÃO INTERNA OU LADO CUBITAL

para que em seguida se possa aplicar a massagem por meio da fricção e deslizamento associado ao infra-vermelho, ou onda curta.

A massagem agirá facilitando a reabsorção dos derrames.

DISTENSÕES:

As distensões musculares, originam-se de um esforço exagerado do músculo e são também conseqüências de um simples "MAU GEITO".

TRATAMENTO:

Repouso e saco de gelo nas primeiras 24 horas. Em seguida compressas quentes, ou emplastro de Aflogistol ou Antiflogistine, ou ondas curtas, ou infra-vermelho, associado à massagem (fricção e deslizamento), orientada pelo médico.

ENTORCE ou TORCEDURA:

É a lesão de uma articulação em consequência de um movimento brusco e forçado que determina rutura ou distensão dos ligamentos que unem os ossos da articulação, sem entretanto haver perda

de contato das superfícies articulares. Uma primeira entorce, dispõe às recidivas.

Horas depois, aparece a Equimose que é uma mancha arroxeadada.

TRATAMENTO:

Logo após o acidente, usar gelo, compressas úmidas, água végeto-



EXEMPLOS DE FRICÇÃO

mineral canforada, repouso. Em seguida e até 24 horas após o acidente, imobilizar com bandagem, tala metálica ou de preferência com gessado por 4 a 6 dias (de acôrdo com a gravidade do caso).

Retirado o aparelho, iniciar a massagem por meio da fricção e deslizamento, que constitui o seu melhor tratamento, visando-se a reabsorção pronta dos derrames

TRATAMENTO:

Depois de feita a redução (pelo médico), com a volta das superfícies ósseas à sua posição normal, imobilizar com um aparelho provisório (talas, pãpelão, algodão e ataduras).

24 a 48 horas após o acidente, iniciar o tratamento fisioterápico com aplicação de ondas curtas, in-

fra-vermelho e massagem por meio da fricção e deslizamento e movimentação passiva da articulação. Recolocar o aparelho de imobilização provisório e repetir as aplicações de ondas curtas, infra-vermelho, massagem e mobilizar diariamente.

DESLIZAMENTO:

O deslizamento é uma manobra de massagem, segundo a qual a polpa do dedo polegar ou de qualquer dedo, a palma de uma das mãos ou das duas se aplica sobre a região a tratar para em seguida deslizar da periferia para o centro ou melhor no sentido da circulação de retorno.

O deslizamento pode ser superficial e profundo. Para o deslizamento superficial, a pressão deve ser uma, enquanto que para o profundo, forte e com relativa energia.

O Deslizamento Superficial — age mecanicamente sobre a pele, removendo a camada gordurosa, desobstruindo os poros, eliminando detritos e células mortas; aumenta a circulação cutânea provocando maior afluxo de sangue; efeito calmante sobre os filetes nervosos sensitivos.

O Deslizamento Profundo — auxilia a circulação de retorno (da

periferia para o centro), libertando os espaços intercelulares dos resíduos, resultantes da queima das matérias alimentares, bem como resíduos hemorrágicos, exsudatos e transudatos.

FRICÇÃO:

A fricção é uma manobra de massagem empregada com fim terapêutico, que atua eletivamente sobre as articulações e é indicada nos casos em que se procura mobilizar pela massagem, resíduos hemorrágicos, exsudatos e transudatos, pretendendo-se recolocar na circulação seus detritos.

Na fricção visa-se como que destruir um coágulo e espalhar os detritos.

A fricção, pode ser executada de diversas maneiras:

- a) — fricção com qualquer dedo;
- b) — fricção com diversos dedos conjuntamente;
- c) — fricção com a palma da mão;
- d) — fricção com o talão da mão.

Cada uma destas modalidades têm sua indicação, variando conforme o caso e a região a tratar.

A técnica para execução da fricção com um dos dedos (ex. com o dedo médio da mão direita) con-

siste em apoiar o polegar próximo ao ponto a tratar, ficando o dedo médio perpendicular ao referido ponto.

Agir em profundidade, fazendo com que a pele não deslize sob o dedo, e sim sobre o que se encontra debaixo da pele e pretendemos desmanchar.

A polpa do dedo médio descreverá então pequenos círculos ou movimentos de vai-vem sucessivos, enquanto vai comprimindo o que se deseja desfazer.

As articulações dos dedos e dos punhos do massagista são mantidos quase rijos; os movimentos devem vir das articulações do cotovelo e da espádua, principalmente desta.

ANO DE 1951

Contusões	217
Entorces	68
Luxações	4
Fraturas	21
Distensões	45

ANO DE 1952

Contusões	154
Entorses	42
Luxações	5
Fraturas	12
Distensões	30