

AVALIAÇÃO DE EQUILÍBRIO, ESTABILIDADE E O CONTROLE NEUROMUSCULAR DE FORMA DINÂMICA EM ATLETAS DE FUTSAL POR MEIO DO Y BALANCE TEST

July Gabriele da Silva Gonçalves ¹

Simone Schlemmer Machado²

Amanda de Moraes Brasil³

O futsal é um esporte de alta intensidade que exige mudanças rápidas de direção, acelerações e desacelerações, demandando do atleta propriocepção, controle eficiente do equilíbrio dinâmico e estabilidade postural. Déficits nessas capacidades aumentam o risco de lesões, como entorses do tornozelo e do ligamento cruzado anterior. Testes funcionais são ferramentas clínicas amplamente utilizadas para avaliação da função dos membros inferiores, entre eles o *Y Balance Test* (YBT). Diante disso, esta pesquisa teve como objetivo analisar o equilíbrio dinâmico e a estabilidade postural de atletas amadoras de futsal feminino buscando identificar possíveis assimetrias e padrões de desempenho. A metodologia caracteriza-se como transversal, observacional e controlada, sem abordagem terapêutica, realizada com atletas de futsal. A amostra foi composta por 12 atletas do sexo feminino. Cada atleta realizou três tentativas em uma direção sendo considerada para análise a maior distância alcançada, e os testes foram realizados com os pés descalços. Também foi realizada a mensuração dos membros inferiores conforme o protocolo do YBT. A avaliação das atletas, permitiu analisar o equilíbrio dinâmico e possíveis assimetrias entre os membros inferiores. Os escores compostos variaram entre 64% e 98%. Foram constatadas assimetrias superiores a 4 cm, especialmente nas direções pôstero-lateral e pôstero-medial, atingindo até 13,7 cm, valores considerados como déficit no controle neuromuscular e maior predisposição a lesões. Em contrapartida, as atletas que mantiveram diferenças inferiores a 3 cm entre os membros apresentaram simetria satisfatória e obtiveram escores compostos elevados (acima de 90%), o que reflete maior estabilidade funcional e equilíbrio postural dinâmico. O estudo identificou assimetrias relevantes entre os membros inferiores das atletas especialmente nas direções pôstero-lateral e pôstero-medial, indicando possível déficit no controle neuromuscular e maior pré-disposição para lesões. Esses achados reforçam a importância da avaliação funcional periódica e a inclusão de treino proprioceptivo nos programas de preparação física de atletas de futsal feminino.

Palavras-chave: Lesões do Esporte; Desempenho Funcional; Fisioterapia.

¹July Gabriele da Silva Gonçalves (Fisioterapia), ULBRA-SM, julygabriele@rede.ulbra.br.

²Simone Schlemmer Machado (Fisioterapia), ULBRA-SM, simones.machado@rede.ulbra.br.

³Amanda de Moraes Brasil, ULBRA-SM, amanda.brasil@ulbra.br.

Área do conhecimento: Ciências da Saúde