



A PALAVRA É SUA

Responsável: Maurício Teodoro de Souza

ESPONDILOLISE E ESPORTE

Victor Keihan Rodrigues Matsudo

Tradicionalmente a etiologia da espondilolise tem sido atribuída a uma falha congênita de ossificação da "pars interarticularis". No entanto, esta que é uma causa importante de lombalgia no esportista, tem recebido novas hipóteses sobre sua etiologia, principalmente porque a teoria inicial esbarra no fato de quase não se observar essa afecção em recém-nascidos. A hipótese mais atual relaciona alguns tipos de esforço físico e esse problema (1,5,6).

Dangles (2) demonstrou que levantadores de peso são mais propensos a desenvolver espondilolise, sugerindo que tal condição aparecia por uma fratura por "stress" da "pars interarticularis". A explicação biomecânica ficaria por conta da hiperextensão lombar sob grande carga experimentada pelos halterofilistas. A análise radiológica de 47 levantadores de peso (27 halterofilistas; 20 culturistas) revelou a presença de 21 casos de espondilolise. Essa prevalência de 44% foi extremamente superior a da população em geral, que seria de 4,2% (8), embora esse índice de referência possa estar diferente da época em que o estudo foi realizado. Apesar disso, Lyle Micheli, presidente do Colégio Americano de Medicina Esportiva concorda que o estudo é uma evidência forte de que o efeito balístico do treinamento de peso contribui para ocorrência de espondilolise.

Essa situação também foi detectada em atletas de ginástica olímpica e de fu-

tebol americano por diversos autores (3, 4,7).

O exercício de agachamento parece ser o tipo mais perigoso de movimento do halterofilismo, na história da espondilolise. Deve-se suspeitar desse diagnóstico nos casos de lombalgia em atletas, principalmente adolescentes que ingressaram em programas de salto em extensão, altura, triplo ou vara, ginástica olímpica e musculação, este último tão em moda em nosso meio.

Assim, recomenda-se que o treinamento com pesos em atletas jovens, não definitivamente amadurecidos, deveria ser feito apenas na posição sentada, precedida e sucedida de adequados procedimentos de aquecimento, onde os alongamentos de pára-vertebrais lombares poderiam exercer papel de importância na prevenção da lombalgia, como também diminuir a ação de sobrecargas nocivas na região.

Complementando essas condutas profiláticas, sugere-se a natação e outros exercícios em meio líquido. No caso da natação, lembra-se ainda os cuidados com o estilo de peito, que parece sobrecarregar a região lombar.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

01. CYRON, B.M. and HUTTON, W.C. The fatigue strength of the lumbar neural arch in spondylolysis. *Journal of Bone and Joint Surgery*. 60-B: 234-238, 1978.



02. DANGLES, C.J. and SPENCER, D.L. Spondylolysis in competitive weight lifters. Presented at the American Orthopaedic Society for Sports Medicine Annual Meeting, Orlando, 1987.
03. FERGUNSON, R.J., McMASTER, J.H. and STANITSKI, C.L. Low back pain in college football linemen. J. Sports Med. 2:63-69, 1974.
04. HOSHINA, H. Spondylolysis in athletes. Phys. Sportsmed. 8:75-79, 1980.
05. HUTTON, W.C.; STOTT, J.R.R. and CYRON, B.M. Is spondylolysis a fatigue fracture (?) Spine. 2(3):202-210, 1977.
06. JACKSON, D.W.; WILTSE, L.L. and CIRINCIONE, R.J. Spondylolysis in the female gymnast. Clin. Orthop. 117:68-73, 1976.
07. MARTIN, J. Low back pain may mean spinal defect. Phys. Sportsmed. 4:15, 1976.
08. ROWE, G.G. and ROCHE, M.B. The etiology of separate neural arch. J. Bone Joint Surg 35 A: 102-110, 1953.