

Esta semana vamos falar de uma das lesões mais comuns no Desporto, e por conseguinte, igualmente, comum no Basquetebol, ou seja, vamos falar na Entorse da Tibio-társica (TBT), vulgarmente designada por Entorse do Tornozelo.

É responsável por mais de 50% das lesões que ocorrem no Basquetebol, sendo portanto, uma das patologias que mais preocupa os praticantes da modalidade.

A predisposição para este tipo de lesão deve-se ao facto de o basquetebol ser um desporto colectivo, que é jogado praticamente em meio campo (uma quadra de 120m2), aumentando o contacto dos membros inferiores dos Atletas; e por ser um desporto que exige constantes deslocamentos laterais e saltos muito rápidos; isto para além da fisionomia específica do praticante da modalidade.

Por estes factos, compreende-se que esta Entorse pode ter vários mecanismos de lesão, tais como o Atleta pisar a bola, pisar o pé de outro Atleta, fazer uma má recepção ao solo, fazer uma paragem brusca e repentina. Verificando-se que todos estes gestos têm em comum o facto de haver um desequilíbrio momentâneo e brusco, provocando o movimento lesional.

Pode consultar o artigo completo aqui .

Para ler o artigo precisa de Adobe Reader. Pode fazer o download de programa aqui .