

TRATAMENTO FISIOTERAPÊUTICO DA PUBALGIA EM ATLETAS DE  
FUTEBOL: UMA REVISÃO DE LITERATURA

PUBALGIA PHYSIOTHERAPEUTIC TREATMENT IN  
SOCCER ATHLETES: A LITERATURE REVIEW

Beatriz Fernanda Dantas Campos da Silva<sup>1</sup> Welber Carlos Felicio Pessoa da  
Silva<sup>2</sup> Cinara Karina Bezerra e Silva<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Acadêmica de Bacharelado em Fisioterapia da faculdade ASCES, Caruaru,  
Pernambuco, Brasil

<sup>2</sup> Acadêmico de Bacharelado em Fisioterapia da faculdade ASCES, Caruaru,  
Pernambuco, Brasil

<sup>3</sup> Fisioterapeuta, pela Fundação Jayme de Altavila, Pós graduada em  
Fisioterapia Traumato-ortopédica pela Faculdade Estácio do Recife, Docente  
Faculdade ASCES

Instituição: Faculdade ASCES – Associação Caruaruense de Ensino Superior,  
Caruaru, PE, Brasil.

Endereço para correspondência:

Cinara Karina Bezerra e Silva

Av: Portugal nº 584, Bairro: Universitário, Caruaru - PE.

CEP: 55016-000 Tel: .E-mail:cinarabezerra@asc.es.edu.br

Fonte financiadora do projeto: Recursos próprios

Número total de palavras: no texto (3580 palavras), 1 tabela e 0 figuras.

## RESUMO

**Objetivo:** o presente trabalho visa pesquisar, na literatura, o tratamento fisioterapêutico mais eficaz para pubalgia em atletas de futebol. **Metodologia básica:** Trata-se de uma revisão bibliográfica descritiva, na qual serão analisados artigos científicos relacionados ao tema nas línguas portuguesa e espanhola nos últimos 10 anos. Foram pesquisados artigos a partir do seguinte tema: Pubalgia em atletas nas bases de dados Scielo, Lilacs e Medline. Foram utilizados os seguintes cruzamentos de descritores com seus respectivos operadores booleanos: Pubalgia and atletas; Fisioterapia and pubalgia; Futebol and pubalgia. **Resultados:** A pesquisa resultou em 92 artigos, onde apenas 7 estavam analisando o tratamento fisioterapêutico da pubalgia em atletas de Futebol. Observando os estudos coletados foi visto uma maior incidência de protocolos de tratamento que utiliza: técnicas de alongamentos, fortalecimento muscular, terapia manual, eletrotermoterapia e hidroterapia. **Conclusão:** A revisão bibliográfica mostrou que as técnicas de Fisioterapia para o tratamento da pubalgia em atletas de Futebol apresentaram-se eficazes, visto que, nos artigos revisados consistiram em: diminuir a dor e o quadro inflamatório, aumentar a resistência dos tendões acometidos, restabelecer o equilíbrio muscular e melhorar a estabilidade do quadril e da coluna.

Palavras-chave: Pubalgia, Atletas de Futebol e Fisioterapia

## ABTRATCT:

**Objective:** This study aims to search the literature, the most effective physical therapy treatment for pubalgia in soccer players. Basic **Methodology :** This is a descriptive literature review , which will be reviewed scientific articles related to the subject in Portuguese and Spanish in the last 10 years. Articles were searched from the following theme : Pubalgia in athletes in Scielo databases Lilacs and Medline . The following descriptors crossings with their Boolean operators were used: Pubalgia and athletes ; Physiotherapy and pubalgia ; Football and pubalgia . **Results:** The search resulted in 92 articles, where only 7 were analyzing the physical therapy treatment of pubalgia in football athletes. Analyzing the collected studies has seen a higher incidence of treatment protocols using : techniques of stretching, strengthening exercises , manual therapy, electro-thermotherapy and hydrotherapy . **Conclusion:** The literature review showed that physical therapy techniques for the treatment of pubalgia in football athletes had to be effective , since the articles reviewed were: decrease pain and inflammatory condition, increase the strength of the affected tendons , restore muscle balance and improve the stability of the hip and spine .

**Keywords:** Pubalgia, Athletes Soccer and Physiotherapy

## INTRODUÇÃO

Em busca da melhoria da qualidade de vida, muitos indivíduos buscam a prática de exercício físico para evitar quadros de obesidade, sedentarismo, hipertensão, diabetes, infarto etc. No Brasil, o esporte mais comum na população, desde a infância, é o Futebol<sup>1</sup>. No entanto, é importante que essa prática, seja por atletas ou não, tenha um acompanhamento de profissionais capacitados para orientá-los quanto à prática do esporte escolhido a fim de evitar lesões.

O esporte tem sofrido mudanças nos últimos anos, principalmente em função das exigências físicas cada vez maiores, o que obriga os atletas a trabalhar perto de seus limites máximos de exaustão, com maior predisposição às lesões. O futebol é responsável pelo maior número de lesões desportivas do mundo <sup>[2]</sup>

A lesão esportiva é qualquer acometimento físico que resulte no afastamento do jogador, seja durante o jogo ou treino, independentemente da maior ou menor necessidade de atendimento junto à equipe médica ou do tempo de afastamento das atividades esportivas<sup>[3]</sup>

Os fatores mais comuns que levam os atletas de alto nível ao afastamento de suas atividades físicas por lesão são: a aceleração brusca, uma alternância rápida de movimento, chutes intensos e apoio unipodal, mudança rápida de direção e rotações de tronco, além da sobrecarga imposta a todas as estruturas. <sup>[4]</sup>. Médicos, fisioterapeutas e educadores físicos devem compreender a incidência, fatores de risco e mecanismos das lesões para combater suas causas <sup>[5]</sup>..

A pubalgia é uma inflamação que ocorre na região do osso do púbis o qual é o ponto de origem e inserção de diversos músculos, como os abdominais na parte superior e adutores da coxa (longo, curto, magno e pectíneo), localizados na inferior. O estiramento dos músculos abdominais e encurtamento

dos músculos adutores do quadril realizam uma movimentação excessiva na articulação causando o cisalhamento do púbis podendo levar a um processo inflamatório que causa a dor. [6]

É comum o surgimento da pubalgia nos jogadores de Futebol por ser um esporte que requer o apoio constante sobre uma perna e mudança rápida de direção. Calcula-se que 5% de todas as lesões no futebol ocorrem na região do púbis e virilha [6]. A pubalgia demanda muito tempo para recuperação e por isso é um problema para os clubes e atletas profissionais [7]. O fisioterapeuta deve ter desenvoltura, na prática esportiva para lidar com os fatores, como pressão financeira e dos interessados ao retorno do atleta que influenciam diretamente, prejudicando o tratamento e, conseqüentemente, a evolução do quadro do atleta. [8]

A Fisioterapia através das suas técnicas atua na recuperação motora e sensorial dos atletas com pubalgia, contribuindo para: promover analgesia, diminuir a inflamação local, melhorar a flexibilidade, aumentar a amplitude de movimento e força muscular, normalizar as disfunções ilíacas, otimizar a propriocepção e os treinos dos gestos esportivos. [9]

A Fisioterapia desportiva é um componente da Medicina Esportiva onde seus métodos são aplicados nas lesões causadas pelo esporte, com o propósito de recuperar, sanar e prevenir as lesões. Essa área vem ganhando cada vez mais espaço entre os atletas que buscam uma orientação de profissionais especialistas, objetivando um melhor desempenho no esporte e uma melhor qualidade de vida. [10].

Sendo assim, o presente trabalho visa elucidar, através de levantamento bibliográfico o tratamento fisioterapêutico eficaz na pubalgia em atletas de futebol e a partir daí, contribuir com mais conhecimentos para os profissionais que lidam com a saúde destes atletas, especialmente na área de Fisioterapia Desportiva.

## **METODOLOGIA**

Realizou-se uma pesquisa de revisão de literatura de forma descritiva no período de janeiro a abril de 2016, baseada nas bases de dados Scielo, Medline e Lilacs, com artigos publicados entre 2006 a 2016 nas línguas português e espanhol. Foram utilizados os seguintes cruzamentos de descritores com seus respectivos operadores booleanos: Pubalgia and atletas; Fisioterapia and pubalgia; Futebol and pubalgia.

A pesquisa resultou em 92 artigos, após a leitura dos artigos foram selecionados 56 artigos que tinham alguma correlação com o tema, porém após análise mais específica foi visto que apenas 7 artigos estavam analisando o tratamento fisioterapêutico da pubalgia em atletas de Futebol, os demais artigos foram descartados por fuga ao tema estabelecido ou incompatibilidade com os objetivos deste estudo.

Portanto, serão considerados como critérios de inclusão estudos que nos últimos 10 anos relatem a atuação da Fisioterapia em atletas de futebol com pubalgia. E, serão considerados como critérios de exclusão artigos que fazem restrição da metodologia utilizada, artigos que não foram disponibilizados na íntegra, estudos cuja população amostra não foi em atletas, estudos em que a pubalgia está relacionada à outra patologia.

Os resultados dos estudos incluídos foram sumarizados em uma tabela contendo informações referentes à: identificação dos estudos, população incluída, intervenção fisioterapêutica utilizada e principais resultados obtidos.

## **RESULTADOS**

Na pesquisa, foram encontrados sete estudos que utilizaram o tratamento fisioterapêutico conservador visando à melhora da pubalgia em atletas de futebol, pois a maioria do conteúdo encontrado levou em consideração o tratamento cirúrgico. Os estudos realizavam seus protocolos de tratamento, com técnicas de alongamentos, fortalecimento muscular, terapia manual, eletrotermoterapia e hidroterapia.

Para melhor análise dos resultados, foram descritos os artigos selecionados que estavam dentro do contexto proposto. A tabela 1 descreve os artigos com os seguintes parâmetros e suas respectivas amostras, intervenções e principais resultados.

## **DISCUSSÃO**

Diante dos estudos explicitados na tabela , pode-se perceber a diversidade das técnicas utilizadas e os seus benefícios para os atletas de Futebol. Tal fato contribui para a existência de vários questionamentos sobre o tipo de tratamento fisioterapêutico mais eficaz em atletas desta modalidade esportiva.

Os tópicos a seguir foram escolhidos segundo as técnicas utilizadas nos estudos que justificaram os seus resultados com a utilização da Fisioterapia.

### **Terapia Manual:**

Entre os tratamentos fisioterapêuticos, as técnicas de terapia manual por meio de técnicas de manipulação, mobilização e exercícios específicos são indicadas com objetivos de: estimular a propriocepção, produzir elasticidade a fibras aderidas, estimular o líquido sinovial e promover a redução da dor <sup>[26]</sup>. A Mobilização e manipulação articular são métodos de tratamento para: analgesia, aumentar a amplitude de movimento articular (ADM), e outras disfunções de movimento do sistema músculo-esquelético. <sup>[27]</sup>

### **Amplitude de movimento**

É uma técnica básica usada para exame e início do tratamento em um programa de intervenção cinesioterapêutica. O movimento necessário para realizar atividades funcionais pode ser visto, como músculos, ou forças externas movendo ossos em diferentes padrões ou amplitudes de movimentos. <sup>[28]</sup>

O movimento completo é chamado de amplitude de movimento (ADM). Ao mover um segmento de sua ADM todas as estruturas são afetadas: músculos, superfícies articulares, cápsulas, ligamentos, fâscias, vasos e nervos. <sup>[28]</sup>

## **Alongamento Muscular:**

O alongamento muscular é uma técnica que visa a manutenção e/ou aumento dos níveis de flexibilidade com o mínimo de restrição possível para a realização dos movimentos de amplitude articular <sup>[17]</sup>. A amplitude articular de movimento, depende da extensibilidade dos tecidos moles peri e intra-articulares. As estruturas e mecanismos que influenciam na propriedade passiva do músculo são: as ligações cruzadas entre os filamentos de actina e miosina, chamadas de “tensão filamental de repouso”, a resistência dos próprios filamentos de actina e miosina; as proteínas não contráteis do citoesqueleto do endossarcômero e exossarcômero; e os tecidos conectivos do endomísio, perimísio e epimísio.<sup>[18]</sup>

As principais técnicas de alongamento variam em alongamento passivo ou estático e dinâmico ou balístico. O alongamento passivo consiste em o fisioterapeuta realizar uma extensão máxima de movimento em uma determinada musculatura do paciente/atleta e ao chegar no limite articular, permanecer por um período que varia de 03 a 60 segundos. O alongamento muscular dinâmico o paciente/atleta utiliza a ADM, de acordo com a atividade física em velocidades rápidas do tipo “sacudidas”. Utiliza-se de vários esforços musculares ativo insistidos, na tentativa de maior alcance do movimento. <sup>[17][18]</sup>

Em atletas com pubalgia são medidas preventivas necessárias, quando realizado de forma correta, alongamento e fortalecimentos da musculatura abdominal e adutora da coxa. Recomenda-se que realize no início dos exercícios alongamentos da musculatura adutora da coxa, a medida que a dor diminui durante a amplitude total do movimento e atividades diárias pode-se adicionar um programa com bicicleta estacionária<sup>[19]</sup>

## **Fortalecimento Muscular:**

O desenvolvimento da força muscular é um componente integral da maior parte dos programas de reabilitação. O treinamento de força muscular é definido como um procedimento sistemático em que o músculo ou grupo muscular eleva, abaixa ou controla cargas pesadas, em um número de repetições ou período de tempo. [28]

A força muscular é um termo geral que se refere a habilidade do tecido contrátil de produzir tensão e uma força resultante, baseada nas demandas colocadas sobre o músculo. [28]

### **Eletroterapia (Estimulação Elétrica Nervosa Transcutânea):**

A eletroterapia tem íntima relação com a Fisioterapia, sendo um dos principais recursos utilizados nessa área a utilização do TENS (Estimulação Elétrica Nervosa Transcutânea) é uma técnica de analgesia não invasiva que consiste na aplicação de eletrodos sobre a pele com o objetivo de estimular as fibras nervosas de condução rápida promovendo a diminuição da dor no local da aplicação. [23]

### **Termoterapia (ultrassom)**

O ultrassom possui seus benefícios no alívio da dor e no controle do processo inflamatório, obtendo uma cicatrização do tecido lesionado semelhante ao tecido não lesionado, sua aplicação é indicada nos casos inflamatórios e de dor localizada profundamente. [10]

O ultrassom também é um recurso utilizado no tratamento conservador da pubalgia, pois ele é produz uma corrente alternada que se propaga através de um cristal piezoelétrico (quartzo) alojado em um transdutor. A vibração desses cristais provoca a produção mecânica das ondas sonoras de alta frequência acima de 20.000 Hz produzindo cargas elétricas positivas e negativas. [24]

A frequência(MHz) do ultrassom é responsável por determinar a profundidade de penetração da onda mecânica no tecido-alvo. A literatura afirma que quanto maior a frequência da onda ultrassônica, menor será sua penetração nos tecidos e maior será a absorção [25]

### **Termoterapia (Crioterapia)**

A técnica de crioterapia promoverá uma vasoconstrição, diminuindo o fluxo de sangue e o metabolismo no local da aplicação do gelo. Dessa forma, a dor diminui e todos os componentes do processo inflamatório tornam-se amenos, induzindo a um estado de hibernação que diminui a extensão da lesão secundária. Ocorre, além disso, a redução da neuro-condução dos estímulos dolorosos, por decréscimo na transmissão das fibras de dor, por diminuição da excitabilidade nas terminações livres, e também pela liberação de endorfinas. [22]

### **Exercícios Pliométricos**

A maioria das atividades desportivas, como arremessar, utiliza uma alternância de contrações musculares, denominada de ciclo alongamento-encurtamento, que aumenta a eficiência mecânica dos movimentos. Um dos meios pelo qual se ativa o ciclo alongamento-encurtamento é a pliometria. Esse método é conhecido por desenvolver potência e a reeducação neuromuscular, que promove ajustes posturais e de ativação muscular, protegendo, assim, as articulações envolvidas no movimento, sendo desta forma usada para evitar lesões em atletas [20].

É necessária a correção dos possíveis desbalanceamentos de força entre a musculatura abdominal e adutora, dessa forma, deve ser realizada em conjunto com o treinamento de lateralidade, pois o trabalho constante unipodal durante o chute, na prática do futebol, exerce forças em direções ao púbis. [21]

## **Hidroterapia**

A hidroterapia é um recurso fisioterapêutico importante, e utiliza piscinas aquecidas para o tratamento de variadas disfunções. Entretanto, na atualidade, o conjunto de técnicas e métodos que compõem a hidroterapia, quando aplicada por fisioterapeutas, passou a ser chamada de fisioterapia aquática. Neste sentido, o uso das propriedades físicas compõe uma importante ferramenta para a prática da Fisioterapia. [29]

A água aquecida promove um relaxamento da musculatura, ligamentos e tendões, preparando-os para o alongamento. Além de alterar a percepção da dor na região acometida, enviando estímulos para inibi-la. Com o alívio da dor e a diminuição do peso corpóreo, o atleta pode iniciar precocemente os exercícios de marcha, fortalecimento muscular e coordenação. O turbilhão é a combinação de calor com hidromassagem, visando a elevação da temperatura cutânea superficial e diminuição do espasmo e dor, além disso, facilita nas atividades que incluam exercícios de amplitude de movimento. O tempo de imersão deve ser de 20 a 30 minutos, em água entre 37°C e 40°C.[10]

## **CONCLUSÃO**

A revisão bibliográfica do tratamento fisioterapêutico da pubalgia em atletas de futebol, mostrou que as técnicas de Fisioterapia apresentaram-se eficazes, pois consistem em: diminuir a dor e o quadro inflamatório, aumentar a resistência dos tendões acometidos, restabelecerem o equilíbrio muscular e melhorar a estabilidade do quadril e coluna.

No entanto, sugere-se que sejam realizados mais estudos que dêem respaldo científico ao tratamento fisioterapêutico, uma vez que estas intervenções são capazes de gerar a melhora na sintomatologia da pubalgia no atleta de futebol.

## REFERÊNCIAS:

- 1.Rocha R. Análise da evolução dos esquemas táticos do futebol brasileiro. Revista Brasileira de Ciências da Saúde, ano 8, nº 26, out/dez 2010.
- 2.Kleinnpaul Julio Francisco; MANN, Luana; SANTOS, Saray Giovana dos. Lesões e desvios posturais na prática de futebol em jogadores jovens. Revista de Fisioterapia da Universidade de São Paulo, v.17, n.3, p.236-41, jul./set. 2010. Disponível em:<<http://www.revistasusp.sibi.usp.br/pdf/fpusp/v17n3/09.pdf> >. Acesso em: mar. 2011
- 3.Ikeda AM, Navega, Marcelo Tavella;. Caracterização das lesões ocorridas em atletas profissionais de futebol da associação desportiva de São Caetano, durante o campeonato brasileiro de 2006. Rev FisioBrasil, v. 11, n. 88, p 10 – 21. 2008.
- 4.Branco RC . Estudo Comparativo por Ressonância Magnética de Púbis entre Atletas e Sedentários Assintomáticos. Rev Bras Ortop, jan/mai,2010.
- 5.Ribeiro R,ilaça F, Oliveira H, Vieira L, Silva A . Prevalência de lesões no futebol em atletas jovens: estudo comparativo entre diferentes categorias. Rev. bras. Educ. Fís. Esp., São Paulo, v.21, n.3, p.189-94, jul./set. 2007 • .
- 6.Silva J . Tratamento fisioterapêutico de pubalgia em atleta de futsal profissional: estudo de caso. Rev Fisi enectus, ano-1,edição especial, p. 48-53, 2013
- 7.Paajanen, Hannu, Hermunen, Heikki, Karonen, Jari. Effect of heavy training in contact sports on MRI findings in the pubic region of asymptomatic competitive athletes compared with non-athlete controls. Journal of Skeletal Radiology, Kuopio, p. 89–94, 24 May 2010b.
- 8.Machotko, Zuzana; Kumar, Saravana; PERRATON, Luke G. A systematic review of the literature on the effectiveness of exercise therapy for groin pain in athletes. Journal Sports Medicine, Arthroscopy, Rehabilitation, Therapy & Technology, Austrália, p. 1-10, 31 Mar. 2009
- 9.Casado D, Meija DPM . Fisioterapia em atletas de futebol profissional Portadores de pubalgia traumática, disponível em: [www.portalbiocursos.com.br/artigos/ortopedia/46.pdf](http://www.portalbiocursos.com.br/artigos/ortopedia/46.pdf) , acessado em 12 de junho de 2014 ,20:54
- 10.Marcon CA, Souza AAF, Rabello LM, Atuação fisioterapêutica nas principais lesões musculares que acometem jogadores de futebol de campo, Ver Cientica FAEMA, V. 6 n1,pag: 81-89, jan-jun 2015.
- 11.Matos SS Efeito da manipulação íliaca - sacra e sua relação com possíveis alterações ascendentes em atletas de futebol. Revista Ciências Biológicas e da Saúde, V.3 N.10, ano 2013

- 12.1Silva IFP. Relato de estagio: Efetividade do Tratamento de Fisioterapia na Pubalgia nun Jogador de Futsal. Escola Superior de Tecnologia da Saúde do Porto. Ano 2011
- 13.Souza PFO, Pubalgia nun atleta de futebol: Estudo de caso. Instituto politécnico do Porto, Escola Superior de tecnologia da saúde do Porto, ano 2010.
- 14.Kachingwe AF Grech. S . Proposta de algoritmo para a Gestão de atletas com Pubalgia( Sports hérnia ) : uma série de casos, Jornal de ortopedia,V.38 N.12, Dezembro,2008.
- 15.Wagne RG . Alongamentos e fortalecimentos musculares em atletas de futebol portador do diagnostico clinico de lesão da musculatura adutora e fisiodiagnostico de um sacro posterior unilateral direito, Revista Eletrônica Novo enfoque,v.10 n.10, p.69-76, ano 2010.
- 16.Brito JD , Souza M ,Santos HH .Efeito da terapia manual no tratamento da disfunção do íliaco. Revista Brasileira de Ciências da Saúde V.17 N.2, p.175-180, ano 2013.
- 17.Badaro AFV ,Silva AH, Beche D Flexibilidade versus alongamento: Esclarecendo as diferenças. Saúde , Santa Maria ,V.33 ,N.1, Pag 32-36, ano 2007.
- 18.Gama ZAS, Medeiros CAS , Dantas AVR, Souza TO . Influencia da frequência de alongamentos utilizando facilitação neuromuscular proprioceptiva na flexibilidade dos músculos isquiotibiais. Rev. Bras. Med. Esporte V.13, N.1, Jan/Fev, ano 2007.
- 19.Campos HD,.Abordagens preventivas da pubalgia no jogador de futebol, 2011
- 20.Zaleski TDP . Efeitos dos exercícios de controle neuromuscular da cintura escapular para jogadores de basquete em cadeiras de rodas. Rev Fisi enectus, ano-1,edição especial, p. 43-53, 2013
- 21.Rabe SB, Oliver, Gretchen D. Athletic Pubalgia: Recognition, Treatment, and Prevention. Athletic Training e Sports Health Care: The Journal for the Practicing Clinician. Athletic Training e Sports, p. 25-30. June, 2010.
- 22.Souares MS, Marques RL, Frazão RSW , Assis TO, Intervenção fisioterapêutica no pós operatório de lesões de ligamento cruzado anterior, Revista Tem@ Campina Grande , V.11, N.16, Janeiro/Junho 2011.
- 23.Cardoso JA, Barreto WL. O uso do tens e do ultrassom no tratamento conservador da epicondilite lateral do cotovelo (Cotovelo de tenista), Caderno de Ciencias Biologicas e da Saúde, N.3, ano 2013.
- 24.Andrade TNC, Frare JC .Estudo comparativo entre os efeitos de técnicas de terapia manual isoladas e associadas a laserterapia de baixa potencia sobre a dor em pacientes com disfunção temporomandibular, RGO, Porto Alegre, V.56 N.3, Pag. 287-295, ano Jul/Set 2008

25. Benassi ACT. A eficácia da terapia manual no tratamento de cervicalgia, ano 2011.
26. Freitas LS, Tiago PS, Paulo CLP, Ricardo AS, Emilio L. O ultrassom terapêutico no mecanismo de cicatrização no tratamento de lesão muscular: uma revisão. Arquivos Catarinenses de Medicina Vol. 40, n 1, 2011.
27. Santos, ., O ultrassom é efetivo no tratamento da tendinite calcárea do ombro? Fisioterapia e Movimento, Curitiba, v. 25, n. 1, p. 207-217, jan./mar., 2012.
28. Kisner C, Colby LA. Exercícios terapêuticos. Editora Manole. 5ª ed. São Paulo. 2009
29. Carregaro RL, Toledo AM, Efeitos fisiológicos e evidências científicas da eficácia da fisioterapia aquática, Revista Movimento, V1 n 1, ano 2008.

Tabela 1: Características metodológicas dos estudos selecionados sobre análise do tratamento fisioterapêutico da pubalgia em atletas de futebol.

Autor/Ano	Pacientes	Intervenção	Principais resultados
Mattos, et. al 2013 <sup>[11]</sup>	20 jogadores de futebol.	Manipulação osteopática.	As técnicas de manipulações apresentaram eficazes melhorando a mobilidade da articulação sacro ilíaca.
Silva et, al 2013 <sup>[6]</sup>	1 jogador de futsal	Alongamentos e fortalecimento muscular (1 vez por semana)	Aumento da amplitude de movimento da adução e abdução do quadril, aumento da flexibilidade muscular em adutores e abdutores, ísquios tibiais e quadríceps, e diminuição do quadro algico na região pélvica.
Silva, 2011 <sup>[12]</sup>	1 jogador de futsal	Eletroterapia, termoterapia, e cinesioterapia Hidroterapia.	Melhora da flexibilidade e força; diminuição do quadro algico. Aumento da mobilidade Pélvica.
Souza, 2010. <sup>[13]</sup>	1 Jogador de futsal	Cinesioterapia (alongamento, fortalecimento e analgesia (TENS)	Verificou-se uma diminuição da dor, associada a um aumento de flexibilidade e de força.
Kachingwee Grech, 2008. <sup>[14]</sup>	6 Atletas (4 homens e 2 mulheres).	Manipulação articular, Reeducação neuromuscular, alongamento manual e cinesioterapia.	Melhora do quadro algico e flexibilidade contribuindo para retorno de suas atividades.
Wagner, colaboradores 2010 <sup>[15]</sup>	1 jogador de futebol	Alongamento, termoterapia, fortalecimento muscular, cinesioterapia	Melhora do Quadro algico, melhora na mobilidade da articulação do quadril
Brito, et, al 2013 <sup>[16]</sup>	1 jogador de futebol	Terapia manual e alongamento	Melhora na assimetria pélvica, diminuindo o limiar de dor e aumentando a

		força muscular na região lombar e pélvica.
--	--	--