

PROTETORES BUCAIS E SUA RELAÇÃO NO DESEMPENHO DE ATLETAS DE ESPORTES DE CONTATO

Paulo Wesley do Nascimento Freitas¹

Joel Cavalcante Venâncio²

Leonardo da Rocha Carvalho³

Orientador Jorge Lincolins Pereira Soares⁴

Natureza do Trabalho: Revisão integrativa

RESUMO

Este trabalho descreve a função dos protetores bucais mais utilizados como forma de proteção individual para praticante de esportes de contato físico. Grande instrumento responsável por defender e proteger as bocas onde há esportes de contato forte, como jogadores de futebol, de acordo com a American Dental Association (ADA) que implementou como regulamento de protetores bucais para o futebol e outros esportes. Entretanto, apesar dos protetores bucais trazerem proteção, esportistas queixavam-se de dispnéia, incômodos e dificuldades na fala. Foram testados equipamentos nos treinos e nos jogos de competição, para identificar a qualidade dos protetores bucais e se causavam algum tipo de interação. Objetivo do trabalho é avaliar a qualidade de proteção contra lesões traumáticas de dois tipos de equipamento de proteção bucal e sua relação no desenvolvimento de atletas em esportes de contato. Métodos: Foram feitos análise de dados nas bases da Pubmed, Cochrane e periódicos CAPES. Sendo no total 7 artigos primários, foram selecionados apenas 3 com descritores em inglês (dental trauma and sports dentistry) e utilizados como pesquisa bibliográfica. Os critérios de inclusão foram: estudos clínicos, estudos randomizados controlados e excluíram-se trabalhos que não contemplaram o assunto. Foram selecionados artigos de todas as datas. Resultados: Os protetores feitos sob medida guarda-dentes não tiveram efeito prejudicial sobre a força atlética, e o desempenho dos atletas foram relatados como confortáveis

¹ Graduação em Educação Física Faculdade Ateneu

² Graduação em Enfermagem Faculdade Ateneu

³ Graduação em Enfermagem Faculdade Ateneu

⁴ Jorge Lincolins Pereira Soares, Professor da Faculdade Ateneu, Doutor em Biologia Oral pela USC (Universidade Sagrado Coração), Baúru, São Paulo, Brasil.

e não causando dificuldades em respirar. Em contraste, os protetores bucais de fervura e mordida já não funcionaram, e foram relatados como desconfortáveis e causando dificuldades respiratórias. Considerações finais: O protetor bucal tem influência significativa na proteção de jogadores em esportes de contato forte, estudos mostram que atletas tiveram diminuições significativas de lesões e seus desempenhos não foram afetados com o uso dos protetores bucais feitos sob medida. O Preconceito e/ou falta de instrução podem ser fatores que levam a não utilização desse equipamento.

Descritores: Odontologia, Trauma Dental, Esporte

REFERENCES:

Duddy FA, Weissman J, et al. 2012. Influence of different types of dental protection strength and performance of collegiate athletes: a randomized-controlled trial.

Francis KT 1, Brasher J 1991. Physiological Effects of the use of mouthguards.

Jagger r. 2016. The guarda-dentes custom-made protect football players. The custom-made guarda-dentes actually prevent injuries?

1 Introdução

Através deste trabalho descrevemos a importância da proteção oferecida por protetores bucais a atletas de esporte que tenha alto contato, tendo em mente o número de acidentes em jogos que colocam em risco a saúde de seus praticantes. Os protetores bucais personalizados têm apresentado um índice maior de proteção prevenindo acidentes que resultem em lesões dentárias e maxilo-faciais. Através de avaliações foi realizado uma comparação de protetores e sua relação no aumento de desempenho dos atletas. Analisamos os efeitos fisiológicos, as características anatômicas destes equipamentos, o conforto e a qualidade de proteção de dois tipos de protetores bucais, por meio de testes de uso dos protetores em treinos e jogos de competição.

2 Desenvolvimento

Em esportes de intenso contato físico é explícito perceber que é necessário a existência de equipamentos protetores, nos quais não se pode deixar de incluir os protetores bucais. Os protetores bucais são dispositivos intra orais encaixados na cavidade oral responsáveis pela proteção dos órgãos anexos superiores do aparelho digestivo. O autor (Duddy FA, Weissman J, et al. 2012) afirma que a prevenção de lesões dentárias depende da identificação do agente causador do trauma e do uso de acessórios protetores durante o esporte de contato. Devido aos diferentes tipos de protetores bucais existirem no mercado é necessário conhecer quais apresentam melhores resultados no desempenho dos atletas.

2.1 Influências de diferentes tipos de proteção bucal na força e desempenho de atletas colegiados: um ensaio controlado-randomizado.

Ciente de que existem vários tipos de protetores bucais é necessário conhecer quais apresentam melhores efeitos. O autor (2012) em sua pesquisa propôs em seu teste 2 tipos de protetores bucais onde um foi protetor bucal de fermento e mordida e o outro um protetor bucal personalizado.

Em um primeiro aspecto sobre Duddy FA, Weissman J (2012), afirma que, alguns autores vêem os protetores bucais apenas como equipamentos que fornecem proteção, outros autores já destacam sua influência no desempenho do atleta.

O estudo realizado por Jagger R. (2016), comparou atletas que tinham hábitos de usarem protetores e buscou saber se havia algum índice que resultasse na sua eficácia ou aumento do desempenho no futebol.

2.2. Os guarda-dentes feitos sob medida protegem os jogadores de futebol

Como abordado anteriormente, houve uma comparação de atletas que usavam protetores sob medida e atletas que não utilizavam protetores. Evidenciou que os atletas que usavam protetores se lesionaram menos do que comparado aos que não usavam, e a segurança que eles tinham com o protetor bucal fez aumentar o desempenho durante as partidas.

O autor Jagger R. (2016) descreveu que o uso dos protetores sob medida aumenta a proteção e causa uma sensação de segurança no atleta, com isso aumenta seu desempenho na atividade e constatou que os atletas que não usavam protetores tinham a tendência de sofrer mais lesões

Da mesma forma, o trabalho de Francis KT 1 , Brasher J (1991), buscou explicar fisiologicamente os efeitos do protetor bucal. Vamos abordar no próximo tópico mais sobre esses efeitos.

2.3 Efeitos fisiológicos do uso de protetores bucais

O Atletas que usam protetores bucais, se queixam da dificuldade de respiração, isso pode ocasionar na perda de desempenho do atleta.

No trabalho de Francis KT 1 , Brasher J (1991), buscou explicar se tinha fundamentos essas queixas e buscou também ver se havia alterações nos índices respiratórios, se havia relação na diminuição de desempenho do atleta.

3 Materiais e Métodos

Foram feitas análises de dados nas bases da Pubmed, Cochrane e periódicos CAPES. Sendo no total 7 artigos primários, foram selecionados apenas 3 com descritores em inglês (dental trauma and sports dentistry) e utilizados como pesquisa bibliográfica. Os critérios de inclusão foram: estudos clínicos, estudos randomizados controlados e excluíram-se trabalhos que não contemplaram o assunto. Foram selecionados artigos de todas as datas.

4 Resultado e Discussão

A prevenção de lesões maxilofaciais, principalmente as dentárias são comuns em atletas de esportes como rugby, futebol e handebol. Por apresentar alto risco de acidentes em campo, os equipamentos de proteção bucal devem ser usados para proteger a integridade física dos jogadores.

Os protetores bucais convencionais de fervura de mordida que são habitualmente usados sem receita, foram avaliados através de ensaios clínicos controlados randomizados juntamente com os protetores personalizados feitos sob medida para avaliar a eficácia de proteção de lesões orofaciais, os efeitos quando usados em testes de resistência, a potência e se influenciavam no desempenho dos atletas.

Avaliamos a qualidade de proteção fornecida por dois tipos de protetores bucais em vinte e três equipes de futebol que foram recrutados para o estudo. Dos quais 11 equipes (n=111) foram randomizados para o grupo de controle e 12 equipes (n=190) para o grupo de teste. A maioria dos jogadores no grupo de teste inclui também aqueles no grupo de controle. O grupo de controle usou protetores bucais em jogos, mas não durante os treinos. Foram usados os protetores bucais durante os jogos e treinos pelo grupo de teste. A Taxa global de Horas / homem de exposição foi de 2,7 lesões por 1000 horas de exposições. Quando os dados foram ajustados para a divisão do jogo e faixa etária, houve evidência de um efeito protetor significativo ($P = 0,04$) do protetor feito sob medida sobre o grupo de controle durante os jogos e treinamento combinado. O índice de incidência de lesão H / O ajustada foi de 0,56. A partir de testes constatou-se que os protetores bucais feitos sob medida garantem efeito protetor significativo em relação ao habitual durante os jogos.

Um segundo teste foi elaborado para determinar se os dois tipos de protetores bucais podem influenciar a força e o desempenho de dezesseis atletas universitários de 19 a 23 anos que participaram deste estudo. Os dispositivos testados neste estudo incluíram um protetor bucal de fervura e mordida sem receita (O-Flow™ Max Under Armour®) (UA) e um protetor bucal personalizado (CM). Foi selecionado testes físicos visando conhecer o desempenho dos atletas usando tais equipamentos de proteção oral. A seguinte sequência foi realizada em cada dia de teste: (i) teste de ergometria de potência máxima de 3 tempos, (ii) teste de ergômetro de 1 min e (iii) uma corrida de 1600 m. Uma atribuição aleatória foi desenvolvida para testar os três grupos experimentais em cada dia do teste. Após os testes, cada atleta completou uma breve pesquisa anônima com o objetivo de avaliar a satisfação geral dos atletas com cada tipo de guarda bucal

Os protetores bucais feitos sob medida não tiveram efeito prejudicial sobre a força atlética e o desempenho e foram relatados pelos atletas como confortáveis e não causando dificuldade em respirar. Em contraste, os protetores bucais de fervura e mordida também não funcionaram e foram relatados como desconfortáveis e causando dificuldades respiratórias.

CONCLUSÕES:

Com base nos resultados deste estudo, o uso de protetores bucais feitos sob medida deve ser encorajado nos esportes de contato como medida protetora, sem se preocupar com nenhum efeito negativo sobre o desempenho atlético dos atletas.

MOUTHGUARDS AND THEIR RELATIONSHIP IN THE PERFORMANCE OF ATHLETES IN CONTACT SPORTS

Paulo Wesley do Nascimento Freitas⁵

Joel Cavalcante Venâncio⁶

Leonardo da Rocha Carvalho⁷

Orientador Jorge Lincolins Pereira Soares⁸

Natureza do Trabalho: Revisão integrativa

SUMMARY

This paper describes the role of mouthguards more used as a means of individual protection for sports practitioner of physical contact. Great instrument responsible for defending and protecting the mouths where there are contact sports like football players, according to the American Dental Association (ADA) that implemented as regulation of mouthguards for football and other sports. However, despite the mouthguards bring protection, athletes complained of dyspnea, annoyances and difficulties in speaking. Equipment were tested in practice and in games of competition, to identify the quality of mouthguards and if they caused any kind of interaction. Objective of this work is to assess the quality of protection against injuries of two types of protective gear and your relationship in the development of athletes in contact sports. Methods: data analysis were made on the bases of Pubmed, Cochrane and CAPES journals. Being in total 7 primary articles, only 3 were selected with English descriptors (dental trauma and sports dentistry) and used as bibliographical research. Inclusion criteria were: clinical trials, randomized controlled trials and deleted-if jobs that don't have it. Articles were selected from all dates. Results: guarda-dentes sized guards had no detrimental effect on the strength and the athletic performance of athletes were reported to be comfortable and not causing difficulty breathing. In contrast, the boil and bite mouth guards no longer worked, and were reported to be uncomfortable and causing breathing difficulties. Final thoughts: the Mouthguard has significant influence in protecting players in contact sports strong, studies show that athletes had significant decreases in injuries and their performances were not affected with the use of mouthguards made under measure. Prejudice and/or lack of education can be factors that lead to non-use of this equipment.

Keywords: Dentistry, Dental Trauma, Sport

⁵ Graduação em Educação Física Faculdade Ateneu

⁶ Graduação em Enfermagem Faculdade Ateneu

⁷ Graduação em Enfermagem Faculdade Ateneu

⁸ Jorge Lincolins Pereira Soares, Professor da Faculdade Ateneu, Doutor em Biologia Oral pela USC (Universidade Sagrado Coração), Baúru, São Paulo, Brasil.

REFERENCES:

Duddy FA, Weissman J, et al. 2012. Influence of different types of dental protection strength and performance of collegiate athletes: a randomized-controlled trial.

Francis KT 1, Brasher J 1991. Physiological Effects of the use of mouthguards.

Jagger r. 2016. The guarda-dentes custom-made protect football players. The custom-made guarda-dentes actually prevent injuries?