

**CURSO: TÉCNICO EM ENFERMAGEM – ETEIT**

**JOGADA DE MESTRE: A ARTE DE SALVAR VIDAS**

**MASTERSTROKE: THE ART OF SAVING LIVES**

Cláudia Esther Reis Godinho<sup>1</sup>  
Edson Sirino Campos Filho<sup>2</sup>  
Edivânia Ribeiro de Souza Machado<sup>3</sup>

**INTRODUÇÃO**

O futebol é uma das práticas desportivas mais realizadas em nosso país. Crianças, jovens, adultos e idosos possuem essa prática.

A literatura nos mostra que existe uma alta prevalência de fatores de riscos cardiovasculares em atletas de futebol amador.

Os principais fatores de risco (FR) para a doença arterial coronariana (DAC) são: sexo, idade, antecedentes familiares, hipertensão arterial sistêmica (HAS), hipercolesterolemia, hiperglicemia, tabagismo, obesidade, sedentarismo e nível socioeconômico (FISCHMANN *et al.*, 2000).

O projeto “Jogada de Mestre”, idealizado e formatado pela Escola Técnica da Universidade Vale do Rio Doce - ETEIT/ UNIVALE, surgiu devido a um dos jogadores do time de futebol que teve um infarto fulminante e morreu em campo em janeiro do ano de 2022. Isso gerou preocupação e então um dos jogadores do time procurou a diretora da ETEIT demonstrando sua preocupação. A escola então elaborou um

---

<sup>1</sup> Doutora e Mestre em Ciências da Educação, Especialista em Psicopedagogia e Supervisão Escolar, pedagoga. Diretora de Graduação da Universidade Vale do Rio Doce - UNIVALE, Coordenadora e professora de Pós-graduação na UNIVALE, Diretora da Escola Técnica da Universidade Vale do Rio Doce - ETEIT/UNIVALE, e-mail: claudia.godinho@eteit.univale.br.

<sup>2</sup> Profissional de Educação Física, Especialista em *Personal trainer* e qualidade de vida, com experiência em Esportes de Aventura, Aprendizagem motora, Educação para PcD e Suporte básico de vida. Professor na UNIVALE, e-mail: edson.filho@univale.br.

<sup>3</sup> Bacharel em Enfermagem, Especialista em Saúde da Família, Coordenadora e professora do Curso Técnico em Enfermagem da ETEIT/UNIVALE, e-mail: edivania.machado@eteit.univale.br.

projeto para atender essa demanda e contribuir para salvar vidas. O projeto construído e desenvolvido desde março de 2022 tem como foco principal, os adultos acima de 50 anos, que possuem o hábito semanal de praticar tal esporte. O objetivo principal do projeto é conscientizar os jogadores quanto a importância de cuidarem da saúde através de exames médicos periódicos, acompanhamento para boa preparação física para os jogos, cuidado com a boa alimentação que certamente contribuirá para melhoria da saúde bem como para auxílio na reposição de energias pré e pós jogos.

Também através de avaliações individualizadas sejam elas físicas ou de saúde (bioimpedância, aferição de PA), de forma a conscientizá-los de suas limitações. Intervenção com ênfase na prevenção de lesões e problemas musculares e articulares. Intervenção direta na atenção à saúde dos participantes, antes, durante e pós jogo para garantir a sua segurança durante o período de intervenção em campo.

Além disso, a proposta deste projeto visa também manter um suporte durante todos os jogos através da presença de estagiários técnicos em enfermagem acompanhados por um (a) enfermeiro (a) que auxiliarão na aferição de pressão arterial antes dos jogos, bem como auxiliarão em caso da necessidade de primeiros socorros.

O projeto piloto é desenvolvido com o time de futebol que joga na COOPEVALE FUTEBOL CLUBE aos domingos das 7 às 9h.

Assim, este projeto justifica-se pelo alto índice de alterações cardiovasculares ocorridas durante as partidas de futebol, principalmente por jogadores amadores que normalmente não realizam exames periódicos e preventivos.

## **FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA**

O cuidado com a saúde é essencial para o ser humano ter qualidade de vida. Um dos aspectos de grande relevância para que o homem possa executar todas as suas atividades diárias, bem como gozar da plenitude do bom desenvolvimento e funcionamento do corpo humano.

De acordo com Bicalho e Cunha (2018), o futebol possui a incrível capacidade de despertar emoções genuínas, reacender aquele espírito competitivo único e

fortalecer laços sociais de forma notável. Dentro do contexto desse projeto, por meio dos jogos internos e dos campeonatos amadores, os participantes têm a chance de vivenciar algo muito especial: a camaradagem que surge, a superação de desafios e a celebração contagiante dos gols marcados e das vitórias conquistadas. Essas competições saudáveis vão além de serem apenas partidas esportivas; elas se transformam em momentos preciosos de integração e confraternização entre homens que compartilham uma mesma paixão pelo esporte.

O Ministério da Saúde define a hipertensão arterial ou pressão alta como uma doença crônica caracterizada pelos níveis elevados da pressão sanguínea nas artérias. Ela acontece quando os valores das pressões máxima e mínima são iguais ou ultrapassam os 140/90 mmHg (ou 14 por 9).

A hipertensão arterial é multifatorial. Na maioria dos casos ela é herdada dos pais, porém existem vários fatores que influenciam os níveis pressóricos como os hábitos de vida do indivíduo. Podemos citar: tabagismo, consumo de bebidas alcoólicas, obesidade, estresse, consumo elevado de sal, falta de atividade física e a idade.

O cuidado ao indivíduo portador de pressão alta é de suma importância para a melhora da qualidade de vida. O acompanhamento de uma equipe multidisciplinar se faz necessário durante todas as etapas da assistência ao portador da hipertensão arterial.

A hipertensão arterial é uma doença que através de um acompanhamento pode ter a sua detecção precoce possibilitando iniciar o tratamento o mais breve possível.

## **MÉTODO DA PESQUISA**

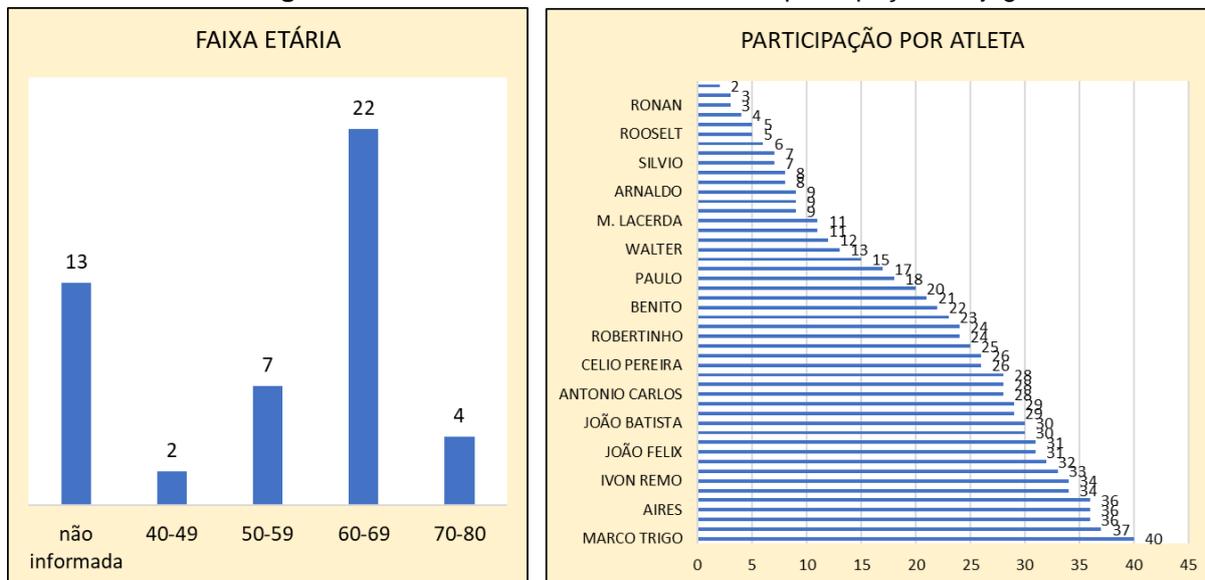
O projeto é desenvolvido com adultos acima de 50 anos em partidas de futebol, os quais os nomes são fictícios nas tabelas e gráficos que são apresentados neste trabalho. A presente pesquisa visa analisar a melhoria da qualidade de vida dos jogadores que participam do projeto através do acompanhamento da aferição da

pressão arterial, do teste glicêmico e das atividades físicas desenvolvidas para o preparo dos jogadores para segurança dos mesmos durante os jogos.

Para isso, em todos os jogos há a presença do técnico em enfermagem que aferi a pressão de todos e dá as orientações necessárias para promoção da saúde. Há também a presença da enfermeira na orientação e suporte ao técnico. Quanto à preparação física tem-se a presença de um educador físico cuidando dos exercícios para alongamento e aquecimento antes dos jogos, além de toda conscientização e orientação para a necessidade de continuidade das atividades físicas durante os outros dias da semana.

Para coleta de dados foram utilizados: anamnese, coleta de aferições de pressão arterial (ver figura 3 e 4), resultados de teste glicêmico, teste de bioimpedância. Todos os dados coletados e registrados levam ao acompanhamento das alterações ao longo do mês. Também é verificada a regularidade com que os atletas participam dos jogos visando analisar a frequência de atividades físicas, conforme figura 1. Os dados coletados através de uma anamnese feita com todos os jogadores os dados são registrados num drive e geraram uma “carteirinha de saúde” no qual existe um “QR code” que leva direto aos dados atualizados do jogador/paciente, conforme figura 2.

Figura 1- Gráfico de faixa etária e índice de participação em jogos



Fonte: Elaborado pelos autores a partir de dados coletados (2023).

Figura 2 - Exemplo fictício - Dados para a “carteirinha do jogador” - Ficha de identificação

	A	B	C	D	E	F	G	H
1	<b>PROJETO JOGADA DE MESTRE - FICHA DE IDENTIFICAÇÃO DO JOGADOR</b>							
2	<b>PROJETO JOGADA DE MESTRE - FICHA DE IDENTIFICAÇÃO DO JOGADOR</b>							
3								
4	<b>Nome:</b>	ANTONIO FERREIRA DE SOUZA			<b>Nome social</b>	QUIABO		
5	<b>Data de nascimento:</b>	08/12/1943			<b>Endereço:</b>	R. Cinco 174 - BL 17 Aptº 103 - Santa Paula		
6	<b>Idade:</b>	79						
7	<b>Relatório de anamnese:</b>							
8	<b>IDENTIDADE/CPF:</b>	MG15.007.994	482.547.896-49					
9	<b>CONTATO DE EMERGENCIA:</b>	99180-4016	SILVANIA					
10								
11								
12	<b>DADOS DE COMPOSIÇÃO CORPORAL</b>							
13	<b>Data:</b>	<b>IMC</b>		<b>Percentual de gordura:</b>		<b>Taxa Metabolica:</b>		
14	<b>Peso</b>	<b>Massa muscular:</b>		<b>Gordura Visceral:</b>		<b>Idade corporal:</b>		
15								

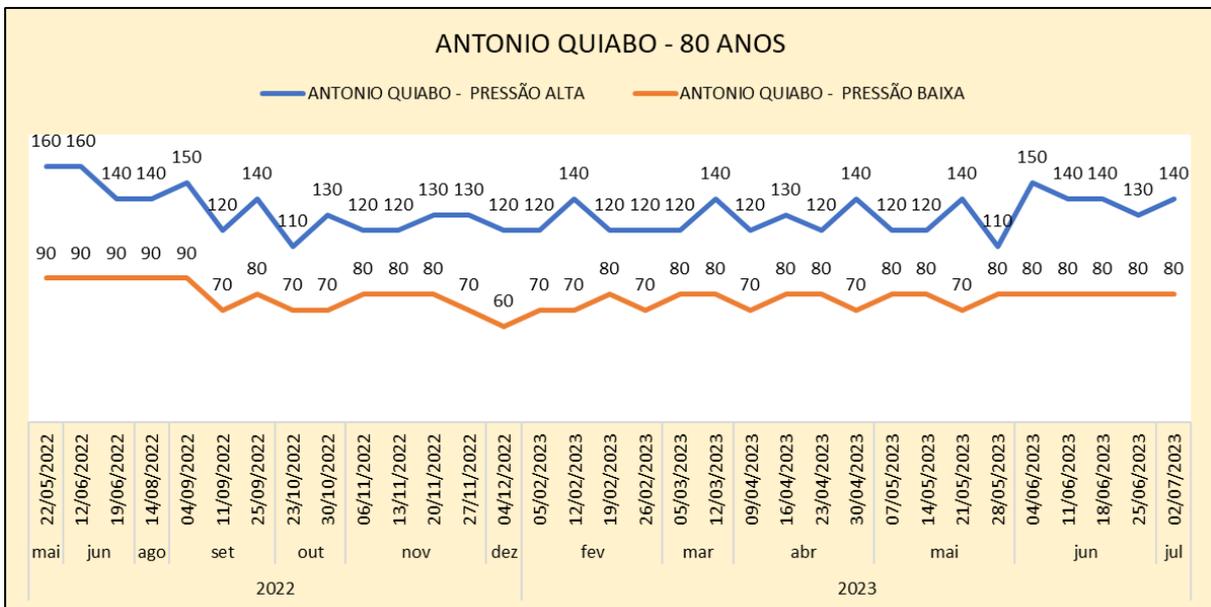
Fonte: Elaborado pelos autores a partir de dados coletados (2023).

Figura 3 - Acompanhamento das aferições de Pressão Arterial (P.A.)



Fonte: Elaborado pelos autores a partir de dados coletados (2023).

Figura 4 - Registro de aferições de pressão por jogo/mês



Fonte: Elaborado pelos autores a partir de dados coletados (2023).

## RESULTADOS

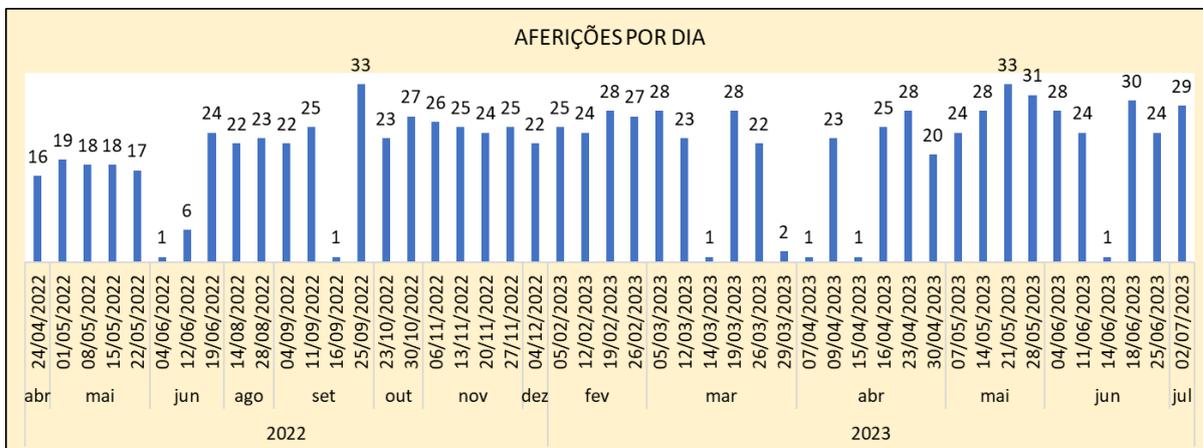
O trabalho realizado através do projeto Jogada de Mestre apresenta os seguintes resultados:

- a) Quanto à anamnese participaram 24 jogadores. Destes, 92% afirma que o médico já disse que tem problema cardíaco, 100% afirma ter dores no peito constantemente, 96% afirma que tem episódio de vertigem com

frequência, 50% afirma que o médico já informou que ele está com a pressão arterial alta, 64% afirma ter problema articular, dentre outros problemas de saúde apontados por eles estão: dor no joelho, crise de gota, dormência da panturrilha, cirurgia no joelho, ponte safena, doença cardíaca, diabetes, hipertensão, cólica renal, dor nos tendões, dores nas costas, dor nas articulações. Ainda obteve-se como resultado que 75% deles não teve parente próximo (pai, mãe, irmão ou irmã) com ataque cardíaco antes dos 50 anos, 91% afirma que já foi orientado pelo médico que não tem restrição para o exercício físico, 91% deles não fuma, 89% ingere bebida alcoólica, 71% afirma se exercitar pelo menos 20 minutos durante 2 vezes por semana. 92% afirma ingerir alimentos dos 4 maiores grupos alimentares (carne, vegetais, grãos, leites e seus derivados). 74% afirmam estar estressado em nível elevado frequente a leve ocasional. Ao serem questionados sobre o objetivo deles quererem participar do projeto Jogada de Mestre tivemos como resposta que 37% melhorar a aptidão cardiovascular, 29% melhorar a flexibilidade, 45% melhorar a condição muscular, 12,5% reduzir as dores nas costas, 4,1% parar de fumar, 34% diminuir o colesterol, 29% melhorar a nutrição, 50% sentir-se melhor e 58% prevenir um infarto fulminante.

b) Quantidade de aferições de pressão arterial por dia de jogo (figura 5):

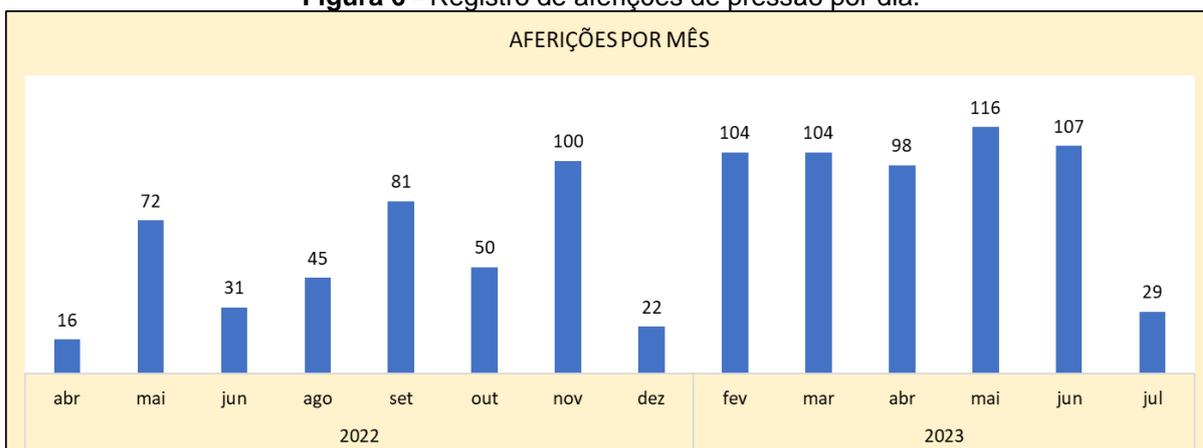
Figura 5 - Registro de aferições de pressão por dia.



Fonte: Elaborado pelos autores a partir de dados coletados (2023).

c) Quantidade de aferições de pressão arterial por mês (figura 6):

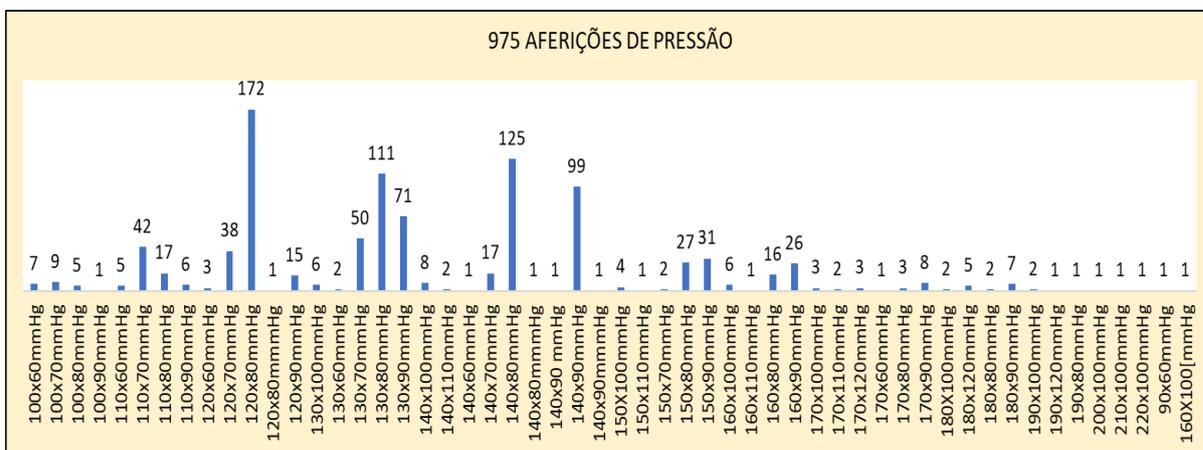
Figura 6 - Registro de aferições de pressão por dia.



Fonte: Elaborado pelos autores a partir de dados coletados (2023).

d) Ao longo do ano de 2022 e 2023/1º semestre, o projeto teve 975 aferições de pressão arterial (figura 7).

Figura 7 - Registro de aferições de pressão por dia.



Fonte: Elaborado pelos autores a partir de dados coletados (2023).

Observa-se que das 975 aferições de pressão arterial, apenas 172 se encontram no nível esperado de 120x80 mmHg. Esse número representa 17,6% das aferições.

Ao longo do desenvolvimento do projeto temos relato de vários jogadores que descobriram ser hipertensos através das aferições de pressão antes dos jogos, outros descobriram arritmia e também diabetes. Após orientação em campo os mesmos procuraram acompanhamento médico e hoje utilizam medicação para controle. Além disso, alguns, por intermédio do trabalho realizado pelo educador físico, adquiriram hábitos de atividades físicas regulares.

## DISCUSSÃO

Com base nos resultados apresentados acima observa-se que o percentual de alteração da pressão arterial antes dos jogos encontra-se bastante desalinhado em relação ao padrão. Também identificamos que o projeto contribuiu para alertar e salvar vidas de jogadores que antes do projeto nem sabiam que estavam hipertensos e/ou diabético.

Acredita-se que com o acompanhamento realizado durante os jogos houve uma melhoria na qualidade de vida dos jogadores. Procedimentos como o aquecimento dos jogadores pré-jogo, suporte durante os jogos em caso de lesões realizado pelo profissional da educação física, a realização da aferição da pressão arterial, acompanhamento de alterações respiratórias e orientações realizadas pela equipe de enfermagem contribuem para a promoção da saúde dos jogadores participantes do projeto Jogada de Mestre.

Foi observado pela equipe multidisciplinar que os jogadores apresentam um cuidado maior com a saúde, se preocupam mais em manter hábitos saudáveis de vida para que desempenhem melhor seu papel de jogador em campo, os jogadores apresentam uma consciência maior sobre como prevenir qualquer tipo de incidência ou intercorrência durante os jogos.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Assim, entendemos que o projeto é de grande relevância para a detecção e prevenção de alterações clínicas e a pretensão é estendê-lo para outros times e cenários abrangendo outras áreas de atuação como médicos, nutricionistas, preparadores físicos, odontólogos, psicólogos e outros.

**PALAVRAS-CHAVE:** Futebol; promoção da saúde; cuidado.

**AGRADECIMENTOS:** Agradecemos ao time Panther que aceitou e abraçou o projeto Jogada de Mestre dando possibilidade aos alunos da Escola Técnica da Universidade Vale do Rio Doce praticarem e desenvolverem suas habilidades e competências, consolidando as aprendizagens necessárias no Curso Técnico em Enfermagem. Agradecemos à ETEIT por possibilitar a execução desta parceria para o exercício da cidadania e consolidação das aprendizagens.

## **REFERÊNCIAS**

BICALHO, Camila; CUNHA, George. **Psicologia do futebol**. Natal: Futebol Interativo, 2018.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Hipertensão Arterial**. 2023. Disponível em: [https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/h/hipertensao#:~:text=A%20hipertens%C3%A3o%20arterial%20ou%20press%C3%A3o,\(ou%2014%20por%209\)/](https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/h/hipertensao#:~:text=A%20hipertens%C3%A3o%20arterial%20ou%20press%C3%A3o,(ou%2014%20por%209)/). Acesso em: 29 ago. 2023.

FURLANETTO JÚNIOR, Roberto; GONÇALVES, Alexandre. Prevalência de fatores de riscos cardiovasculares em atletas de futebol amador da cidade de Uberlândia/MG. **EFDEPORTES**, ano 13, n. 119, 2008. Disponível em: <https://efdeportes.com/efd119/fatores-de-riscos-cardiovasculares-em-atletas-de-futebol-amador.htm/>. Acesso em: 29 ago. 2023.