



## PREVALÊNCIA DE DOR NO QUADRIL E FATORES ASSOCIADOS EM CORREDORES DE RUA AMADORES

Ana Carolina Andreis<sup>1</sup>; Gabriela Ramos Christ<sup>2</sup>; Tomás Simon<sup>3</sup>; Tiago Augusto Zago<sup>4</sup>

### RESUMO

A prática da corrida de rua no Brasil e no mundo esta se tornando cada vez mais popular pelo público amador, motivada pelos benefícios a saúde, fácil execução e baixo custo. Porém, tem-se observado um aumento significativo nas lesões musculoesqueléticas, sendo a dor no quadril uma queixa muito comum entre os atletas que requeiram a corrida. Tendo em vista esse dado, o presente estudo tem como objetivo verificar a prevalência de dor no quadril e fatores associados em corredores de rua amadores. Foi realizado uma pesquisa descritiva quantitativa do tipo transversal. Participaram desse estudo 80 atletas amadores, com pelo menos seis meses de prática de corrida com frequência mínima de duas vezes por semana e vinte quilômetros semanais, foram abordados em ruas, parques e praças de municípios da região metropolitana de Porto Alegre. Foi comparado o perfil de cada corredor e as características do treinamento com a presença ou não de dor no quadril. Nos resultados verificou-se uma prevalência de 10% de dor no quadril em corredores de rua amadores. Somente foi encontrada associação significativa estatisticamente ( $p < 0,05$ ) entre a presença de dor no quadril e a quilometragem percorrida pelo atleta durante a semana, estão menos propensos a ter dor no quadril os atletas que percorrem até de 26,5km por semana.

**Palavras-chave:** Corrida. Quadril. Dor.

---

<sup>1</sup> Universidade Feevale.

<sup>2</sup> Universidade Feevale.

<sup>3</sup> Universidade Feevale. Autor principal.

<sup>4</sup> Universidade Feevale. Orientador.