

# revista de Medicina DESPORTIVA informa

Bimestral  
Ano 8  
Número 04

Julho 2017  
www.revdesportiva.pt  
Preço – 2,50€

## Editorial

Neste Editorial fazem-se publicamente três perguntas operacionais, feitas também no privado e de modo circunstancial. O início de nova época desportiva garante a sua oportunidade e as instituições representativas ou responsáveis por estas áreas deveriam dar uma resposta.

1. Para quando a criação digital do modelo / questionário do exame de aptidão médico-desportivo? O preenchimento online e o envio imediato, apenas do resultado final, para as instituições interessadas melhoraria a operacionalização deste procedimento, pouparia tempo e dinheiro e garantiria um histórico permanente e de fácil acesso, maior rigor e maior responsabilização do seu executante. Também aqui o *simplex* se aplica.
2. A realização de um exame, de uma análise obriga a um resultado, o qual terá consequências.

O sujeito que fornece uma amostra biológica, sangue ou urina, tem o direito de saber “o resultado”. Para quando se implementa a prática de informar o atleta que a sua análise de controlo de antidopagem é negativa? Atualmente o atleta apenas é informado se houver uma um resultado analítico adverso, i.e., se a análise for positiva.

3. Finalmente, e sem ambição sindicalista, para quando os clubes passam a ser obrigados a terem um contrato de trabalho, registado na Liga ou na FPF, com os médicos, enfermeiros e fisioterapeutas? Os jogadores, treinadores e outros agentes têm, mas apenas alguns, talvez muito poucos, médicos e paramédicos beneficiam desta oficialização e segurança.

Boas férias, bom início de competição e uma boa época desportiva. Basil Ribeiro, diretor.

## Sumário

|  |    |
|--|----|
| <b>Entrevista:</b> Prof. Doutor Manuel Carrageta   | 2  |
| <b>FMUP:</b> The use of echocardiograms in preparticipation examinations   | 3  |
| Exercise therapy versus arthroscopic partial meniscectomy for degenerative meniscal tear in middle aged patients | 5  |
| <b>Notícias</b>  | 6  |
| <b>Investigação:</b> Género e Remodelagem Cardíaca Induzida pelo Exercício Físico                                | 8  |
| <b>Temas:</b>  |    |
| Alongamento Pré-Exercício: Qual o Benefício?   | 12 |
| Deformidades da Coluna Vertebral e Prática Desportiva Precoce – Parte 2/2  | 14 |
| <b>Caso clínico:</b> Dor e Ressonância da Anca – Um Caso de Microinstabilidade da Anca                           | 21 |
| <b>Sociedade Portuguesa de Artroscopia e Traumatologia Desportiva</b>  | 24 |
| <b>Caso clínico:</b> Tratamento da Rotura Distal do Bicipite Braquial por Abordagem                              |    |
| Única e Fixação por Suspensão em Halterofilista  | 25 |
| <b>Tema:</b> Fratura de Stress da Tíbia em Atletas: Avaliação e Orientação                                       | 28 |
| <b>Agenda</b>  | 32 |

A Revista de Medicina Desportiva informa é uma publicação de âmbito nacional, de publicação bimestral e de caráter médico-científico. Tem como objetivo divulgar conteúdos médico-desportivos através de temas de revisão e de investigação, assim como publicar “Casos Clínicos” relacionados com a prática da Medicina Desportiva. Divulga ainda reuniões científicas realizadas em Portugal e no estrangeiro. Esta Revista respeita a Constituição Portuguesa e orienta-se por critérios de isenção e de rigor científico, compromisso ético e respeito deontológico.

**COMISSÃO CIENTÍFICA:** **CARDIOLOGIA** | António Freitas, Dr – Lisboa – Centro de Medicina Desportiva | Miguel Mendes, Dr – Lisboa – Hospital de Santa Cruz | Ovídio Costa, PhD – Porto – Faculdade de Medicina do Porto | Teles Martins, PhD – Lisboa – Departamento de Saúde Naval | Veloso Gomes, Dr – Faro – Hospital de Faro | **CIRURGIA GERAL** | Bernardo Vasconcelos, Dr – Lisboa – Serviços Clínicos da Portugal Telecom | **DERMATOLOGIA** | Osvaldo Correia, PhD – Porto – Epidermis – Centro de Dermatologia | **FILOSOFIA DA MEDICINA** | Manuel Sérgio, PhD – Lisboa | **FISIATRIA** | Páscoa Pinheiro, PhD – Coimbra – Faculdade de Medicina de Coimbra | **FISIATRIA/HIDROLOGIA CLÍNICA** | Pedro Cantista PhD – Porto – Centro Hospitalar do Porto | **FISIOLOGIA** | Gomes Pereira, PhD – Lisboa – Faculdade de Motricidade Humana | José Alberto Duarte, PhD – Porto – Faculdade de Desporto do Porto | **GASTROENTEROLOGISTA E HEPATOLOGISTA** | Rui Tato Marinho, PhD – Lisboa – Faculdade de Medicina de Lisboa | **IMUNOALERGOLOGIA** | André Moreira, PhD – Porto – Hospital de S. João | **MEDICINA DESPORTIVA** | J. L. Themudo Barata, PhD – Covilhã – Universidade Beira Interior | João Paulo de Almeida, PhD – Lisboa | Luís Horta, PhD – Lisboa | Maria João Cascais, PhD – Lisboa – Sport Lisboa e Benfica | **MEDICINA INTERNA** | Teixeira Veríssimo, PhD – Coimbra – Faculdade de Medicina de Coimbra | **NUTRIÇÃO** | Vitor Hugo Teixeira, PhD – Porto – Faculdade de Ciências da Nutrição | **ORTOPEDIA** | Fernando Fonseca, PhD – Coimbra – Faculdade de Medicina de Coimbra | João Espregueira-Mendes, PhD – Universidade do Minho; Director Clínico da Clínica do Dragão – Universidade do Minho | João Gamelas, PhD – Lisboa – Faculdade de Ciências Médicas de Lisboa | José Carlos Noronha, PhD – Porto – FPF; Ordem da Trindade | Leandro Massada, PhD – Porto – Centro de Medicina Desportiva do Porto | **PEDIATRIA** | Carla Régo, PhD – Porto – Instituto CUF Porto. Faculdade de Medicina da UP | **PNEUMOLOGIA** | Robalo Cordeiro, PhD – Coimbra – Faculdade de Medicina de Coimbra | **PSICOLOGIA** | Sidónio Serpa, PhD – Lisboa – Faculdade de Motricidade Humana | **REUMATOLOGIA** | Carlos Vaz, PhD – Porto – Hospital de S. João | **COMISSÃO DE COLABORADORES:** **FISIATRIA** | Gonçalo Borges, Dr – Porto – Hospital da Prelada | Jorge Lains, Dr – Coimbra – Hospital Rovisco Pais | Pedro Lemos Pereira, Dr – Coimbra – Hospital Universitário de Coimbra | Raul Maia e Silva, Dr – Porto | **MEDICINA DESPORTIVA** | Domingos Gomes, Dr – Porto – CESPU | João Beckert, PhD – Lisboa – Centro de Medicina Desportiva de Lisboa | José Ramos, Dr – Porto – Clínica de Gondomar | Nelson Puga, Dr – Porto – Futebol Clube do Porto | Paulo Beckert, Dr – Lisboa – FPF – Clínica Cuf Alvalade | Pedro Saraiva, Dr – Coimbra – Associação Académica de Coimbra | **MEDICINA GERAL E FAMILIAR** | José Maria Henriques, Dr – Vila Nova de Gaia – Unidade de Saúde Familiar de Santa Marinha | **MEDICINA INTERNA** | Jorge Ruivo, Dr – Lisboa – Hospital de Santa Maria | **ORTOPEDIA** | Diogo Moura, Dr – Coimbra – HUC | Hélder Pereira, Dr – Vila do Conde – Hospital da Póvoa do Varzim | Henrique Jones, Dr – Setúbal – Clínica Dr. Henrique Jones | José Lourenço, Dr – Porto | Paulo Amado, Dr – Rio Tinto – Hospital Lusíadas Porto | Pereira de Castro, Dr – Lisboa – SPAT; Desportano, Clínica de Desporto | **RADIOLOGIA** | Joaquim Agostinho, Dr – Viseu – Hospital São Teotónio

FICHA TÉCNICA | Diretor e Editor **BASIL VALENTE RIBEIRO** | Diretor adjunto **PEDRO LEMOS PEREIRA** | Sub-diretor **JOSÉ RAMOS** | Editor adjunto **HENRIQUE JONES** | Departamento de comunicação **ANA PAULA RIBEIRO** | Produção **REVDESSPORTIVA, LDA** | Design e Paginação **JOSÉ TEIXEIRA** | Fotografia da capa: [www.pexels.com](http://www.pexels.com) | Impressão **MULTITEMA** – Porto | Propriedade **REVDESSPORTIVA, LDA**. Rua do Sobreiro 225, Canidelo 4400-590 V N Gaia. | Telefone/Fax – 227810869 | E-mail: [basil@sapo.pt](mailto:basil@sapo.pt) | [www.revdesportiva.pt](http://www.revdesportiva.pt) | Periodicidade Bimestral | Tiragem 6000 exemplares | Depósito Legal 304182/09 | ISSN 1647-5534 | Publicação Registrada no Instituto da Comunicação Social sob o n.º 125758 | A reprodução parcial ou integral de texto ou ilustrações da Revista de Medicina Desportiva Informa é proibida.