



ANÁLISE DOS FATORES DE RISCO INTERNOS DA SÍNDROME DO ESTRESSE TIBIAL MEDIAL: REVISÃO DE LITERATURA

GILSON BATISTA SOUSA JUNIOR; MARIA ALICE CHAGAS MARTINS; LORRANE DE OLIVEIRA BRAGA RANGEL; CAROLLINA SOUZA PENNA; SABRINA SOUSA CARDOSO

INTRODUÇÃO: A síndrome do estresse tibial medial (SETM) é uma das principais causas de dor nos membros inferiores entre os praticantes de atividade física. É uma irritação e inflamação do periósteo na tibia que se manifesta com dor durante o exercício físico. Fatores de risco incluem o sexo feminino, o Índice de Massa Corporal (IMC) elevado, a queda do navicular, a flexão plantar e a rotação externa do quadril. É importante considerar esses fatores para o desenvolvimento de estratégias preventivas eficazes e melhorar a qualidade de vida dos indivíduos. **OBJETIVOS:** Este artigo visa explorar, com base em informações disponíveis na literatura, os fatores de risco para a SETM. **METODOLOGIA:** Foi realizada uma pesquisa na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) com os descritores "síndrome do estresse tibial medial". Foram incluídos artigos em inglês publicados a partir de 2018, tendo sido identificados 22 artigos, dos quais apenas 6 apresentavam maior relevância para o tema. **RESULTADOS:** Pôde-se concluir que o sexo feminino e o IMC elevado são importantes fatores de risco para a SETM. As mulheres tendem a ter menor estatura e, portanto, passos mais curtos, enquanto o excesso de peso corporal pode resultar em maior estresse nas tíbias durante a marcha. A queda do navicular também foi encontrada como um fator de risco importante para a SETM, uma vez que deslocamentos verticais acima de 10mm aumentam as chances de desenvolvimento. É importante ter cuidado ao relacionar o IMC com a SETM, pois não é uma medida direta de gordura corporal. Além disso, é importante considerar o sexo, o IMC e a queda do navicular como fatores de risco ao avaliar o risco de desenvolver a SETM e ter atenção às medidas diretas de gordura corporal. **CONCLUSÃO:** A literatura indica vários fatores de risco para a SETM, incluindo o sexo feminino, IMC elevado, queda do navicular, flexão plantar e rotação externa do quadril. Para prevenção, é necessário considerar esses fatores ao desenvolver estratégias preventivas. Intervenções específicas para cada fator de risco, como treinamento e correção de padrões de movimento anormais, previne a SETM e melhora a qualidade de vida dos indivíduos.

Palavras-chave: Síndrome do estresse tibial medial, Fatores de risco, Ortopedia, Tibia, Exercício físico.