



## COMPARAÇÃO DOS EFEITOS DO TRATAMENTO CIRÚRGICO *VERSUS* CONSERVADOR PARA PUBALGIA EM ATLETAS

### COMPARISON OF THE EFFECTS OF SURGICAL *VERSUS* CONSERVATIVE TREATMENT FOR PUBALGIA IN ATHLETES

Alan Nogueira Barbosa <sup>1</sup>  
José Bonifácio Alves Santos Junior <sup>2</sup>

<sup>2</sup> Aluno do curso de Fisioterapia da Unidade de Ensino Superior de Feira de Santana (UNEF). Feira de Santana, Bahia, Brasil. Email: junior-alves2010@hotmail.com

<sup>1</sup> Docente da Unidade de Ensino de Ensino Superior de Feira de Santana (UNEF). Feira de Santana, Bahia, Brasil.

#### Resumo

**Introdução:** A pubalgia atlética, também denominada osteíte púbica ou hérnia do esportista, é uma condição musculoesquelética prevalente em atletas que praticam esportes de alta exigência física, como futebol, tênis e rugby. Caracteriza-se por dor crônica na região inguinal ou púbica, geralmente associada a desequilíbrios musculares e sobrecarga funcional. **Objetivo:** Analisar comparativamente a eficácia dos tratamentos conservador e cirúrgico para essa condição, considerando o tempo de recuperação e a taxa de retorno ao esporte. **Métodos:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, de abordagem qualitativa, fundamentada em sete estudos selecionados nas bases PubMed, PubMed Central, SciELO e ResearchGate. Os critérios de inclusão consideraram artigos por gratuidade de origem portuguesa e inglesa. Essa revisão contou com 7 artigos, os quais atendiam os critérios de elegibilidade. **Resultados:** Os resultados apontam que o tratamento conservador é a primeira linha de intervenção, com foco em fisioterapia, reequilíbrio muscular e controle da dor. No entanto, evidências indicam que, em casos refratários, a abordagem cirúrgica apresenta melhores resultados em termos de tempo de retorno e taxa de sucesso, especialmente quando aliada a protocolos de reabilitação pós-operatória bem estruturados. **Considerações finais:** Conclui-se que ambas as abordagens são eficazes, sendo a escolha terapêutica dependente de uma avaliação clínica individualizada, da gravidade dos sintomas e das demandas esportivas do atleta.

**Palavras-chave:** Pubalgia atlética; Reabilitação esportiva; Tratamento conservador; Cirurgia; Retorno ao esporte.

#### ABSTRACT



**Introduction:** Athletic pubalgia, also known as osteitis pubis or sports hernia, is a musculoskeletal condition commonly found in athletes involved in high-demand physical activities such as soccer, tennis, and rugby. It is characterized by chronic pain in the inguinal or pubic region, generally associated with muscular imbalances and functional overload. **Objective:** This study aimed to comparatively analyze the effectiveness of conservative and surgical treatments for this condition, considering recovery time and return-to-sport rates. **Methods:** This is an integrative literature review with a qualitative approach, based on seven studies selected from the PubMed, PubMed Central, SciELO, and ResearchGate databases. The inclusion criteria considered open-access articles written in Portuguese and English. A total of seven articles met the eligibility criteria. **Results:** The results indicate that conservative treatment is the first line of intervention, focusing on physical therapy, muscular rebalancing, and pain management. However, evidence suggests that in refractory cases, surgical intervention yields better outcomes in terms of return time and success rate, especially when combined with well-structured postoperative rehabilitation protocols. **Final considerations:** It is concluded that both approaches are effective, and the therapeutic choice should be based on individualized clinical evaluation, symptom severity, and the athlete's sport-specific demands.

**Keywords:** Athletic pubalgia; Sports rehabilitation; Conservative treatment; Surgery; Return to sport.

## INTRODUÇÃO

A pubalgia atlética, também conhecida como hérnia do esportista ou osteíte púbica, é uma das condições musculoesqueléticas mais frequentes em atletas, principalmente naqueles que praticam esportes de alto impacto, como futebol, tênis e rugby (Elattar *et al.*, 2016; Rabe; Oliver, 2009).

A pubalgia atlética, destaca-se pelo predomínio em atletas do sexo masculino, com idade média de 33 anos, conforme levantamento clínico realizado entre 2007 e 2015 em um centro de medicina esportiva brasileiro. Nesse estudo, a maioria dos pacientes era praticante assíduo de futebol (58,1 %) (Oliveira *et al.*, 2016).

Sua etiologia está relacionada a esforços repetitivos, mudanças bruscas de direção e sobrecarga nos músculos da região abdominal e pélvica, o que pode resultar em lesões musculares, tendíneas ou articulares (Ellsworth; Zoland; Tyler, 2014; Larson, 2014).



Clinicamente, a pubalgia se caracteriza por dor na região inguinal ou púbica, desequilíbrios musculares, limitação funcional e desconforto durante atividades que envolvem esforço físico, como correr, chutar ou mudar de direção (Oliveira *et al.*, 2016).

O diagnóstico dessa condição representa um desafio, uma vez que a pubalgia atlética é de difícil detecção por meio de exames de imagem e, frequentemente, é negligenciada ou confundida com outras patologias da região pélvica (Elattar *et al.*, 2016; Rabe; Oliver, 2009).

As limitações impostas por essa lesão podem comprometer de forma significativa o desempenho esportivo, levando à interrupção de treinamentos e competições, com impacto direto na longevidade da carreira e na qualidade de vida dos atletas (Serafim *et al.*, 2022).

Em relação ao manejo terapêutico, dois principais tipos de tratamento são amplamente descritos: o conservador e o cirúrgico. O tratamento conservador inclui medidas como repouso, fisioterapia direcionada ao reequilíbrio muscular, fortalecimento e controle da dor, além do uso de medicamentos anti-inflamatórios (Ellsworth; Zoland; Tyler, 2014; Larson, 2014). Já a abordagem cirúrgica é indicada nos casos refratários ao tratamento conservador ou em situações em que há lesões estruturais significativas, demandando reparo cirúrgico (Queiroz *et al.*, 2014).

Atualmente, existe um debate na literatura sobre qual dessas abordagens oferece melhores resultados em termos de tempo de recuperação e taxa de retorno ao esporte, aspectos essenciais tanto para os atletas quanto para os profissionais envolvidos na sua reabilitação (Serafim *et al.*, 2022; Gaii Via *et al.*, 2018).

Desta forma, questiona-se: qual é o tratamento mais eficaz para a pubalgia em atletas, considerando recuperação e taxa de retorno ao esporte — o tratamento cirúrgico ou o conservador? Nesse contexto, o presente estudo tem como objetivo principal avaliar a eficácia das diferentes abordagens no tratamento da pubalgia atlética, considerando os tratamentos conservadores (como a fisioterapia) e cirúrgicos, bem como o tempo de retorno ao esporte após cada um deles. Os



objetivos específicos incluem analisar a eficácia do tratamento conservador no retorno ao esporte e na performance dos atletas com base nas evidências mais recentes; avaliar o impacto do tratamento cirúrgico no tempo de recuperação e no retorno seguro à prática esportiva; e comparar os tempos de recuperação entre os tratamentos conservador e cirúrgico.

## **METODOLOGIA**

O presente trabalho caracteriza-se como uma revisão integrativa da literatura, com abordagem qualitativa, cujo objetivo principal é reunir, analisar e sintetizar criticamente as evidências científicas disponíveis sobre a eficácia dos tratamentos cirúrgico e conservador para pubalgia atlética em atletas. A revisão integrativa é uma metodologia que permite a inclusão de diferentes desenhos de estudo, oferecendo uma análise ampla e detalhada de um determinado tema (Mendes; Silveira; Galvão, 2008).

A pesquisa foi conduzida utilizando duas principais estratégias metodológicas: a pesquisa bibliográfica e a análise qualitativa documental. A pesquisa bibliográfica permitiu a identificação, seleção e análise de publicações relevantes nas áreas de saúde e reabilitação esportiva, reunindo evidências científicas que abordassem a eficácia dos tratamentos conservador e cirúrgico, bem como os desfechos relacionados ao tempo de recuperação e ao retorno ao esporte. Paralelamente, a análise qualitativa documental foi utilizada para a avaliação de dados secundários presentes nos próprios estudos selecionados, tais como prontuários clínicos e registros de acompanhamento de atletas, quando disponíveis, ampliando a compreensão dos resultados clínicos relatados.

A busca pelos artigos foi realizada entre os meses de março e junho de 2025 nas bases de dados PubMed, PubMed Central (PMC), ResearchGate e SciELO, todas reconhecidas por sua relevância na área da saúde e por apresentarem rigor metodológico na publicação de artigos científicos. Durante a coleta, foram utilizados



os seguintes descritores e termos de busca: "*Pubalgia*", "*Athletic Pubalgia*", "*Osteitis Pubis*" e "*Sports Hernia*". Estes termos foram combinados de diferentes formas a fim de garantir uma ampla cobertura de publicações pertinentes ao tema.

Os critérios de inclusão definidos para a seleção dos artigos contemplaram estudos publicados nos idiomas inglês e português, com acesso gratuito ao texto completo, que abordassem especificamente a pubalgia em atletas e realizassem comparações entre os tratamentos cirúrgico e conservador. Foram incluídas revisões sistemáticas, estudos de coorte, ensaios clínicos e revisões narrativas, desde que apresentassem dados objetivos sobre desfechos funcionais, tempo de recuperação e taxa de retorno ao esporte.

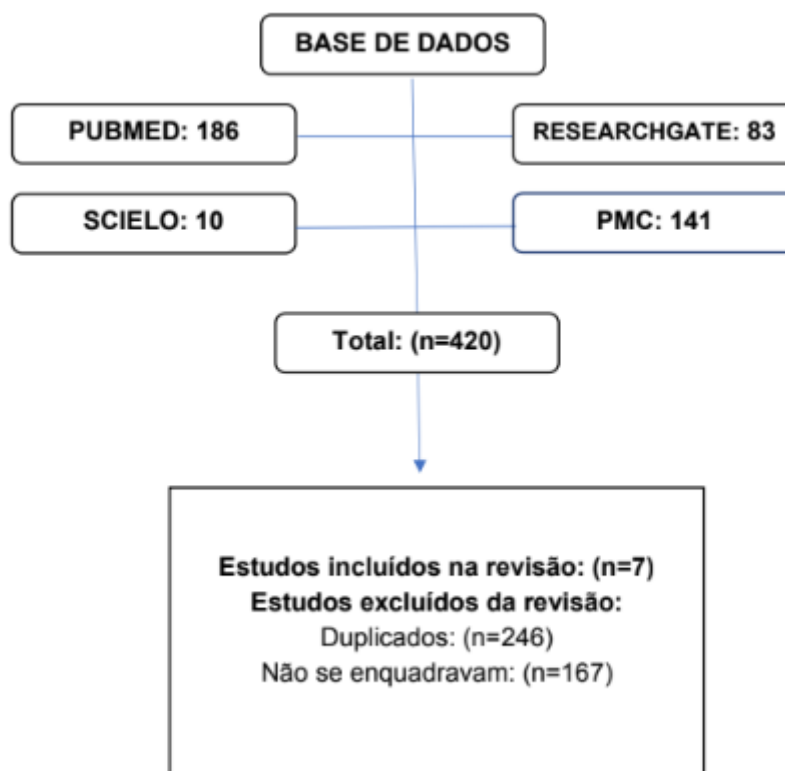
Como critérios de exclusão, foram desconsiderados os estudos que não abordassem diretamente os tratamentos ou a reabilitação da pubalgia atlética, aqueles que não fornecessem dados suficientes para análise, os artigos indisponíveis em texto completo de forma gratuita, estudos duplicados e publicações que não estivessem disponíveis na íntegra nas bases de dados pesquisadas.

Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, foram selecionados sete artigos científicos que atenderam aos objetivos propostos e forneceram dados relevantes para a construção da análise comparativa entre as abordagens terapêuticas.

Todo o processo de seleção, leitura e análise crítica dos artigos seguiu rigorosamente os princípios metodológicos recomendados para revisões integrativas, assegurando a qualidade, a relevância e a confiabilidade dos resultados apresentados neste trabalho.

A seguir, apresenta-se um fluxograma que descreve as etapas do processo de busca, seleção e inclusão dos artigos científicos utilizados nesta revisão. Este recurso visual tem o objetivo de demonstrar de forma clara e sistematizada o percurso metodológico adotado, desde a identificação dos estudos nas bases de dados até a seleção final dos trabalhos incluídos na análise comparativa entre as abordagens conservadora e cirúrgica para o tratamento da pubalgia atlética.

**Fluxograma 1:** Fluxograma do processo de seleção dos artigos



## RESULTADOS

Os estudos analisados neste trabalho abrangem diferentes delineamentos metodológicos, com destaque para revisões narrativas, revisões sistemáticas e séries de casos, refletindo a complexidade clínica e terapêutica da pubalgia em atletas. As revisões narrativas, como as realizadas por Rabe e Oliver (2010), Elattar *et al.* (2016) e Gaii Via *et al.* (2018), forneceram embasamento teórico sobre diagnóstico, etiologia e estratégias conservadoras de reabilitação, ressaltando a



importância da estabilização do core, correção de desequilíbrios musculares e retorno gradual ao esporte. Por outro lado, estudos com foco em tratamento cirúrgico, como o de Queiroz *et al.* (2014), apresentaram evidências práticas sobre o sucesso da intervenção operatória em atletas profissionais que não responderam ao manejo conservador, demonstrando alto índice de retorno ao esporte competitivo.

Complementarmente, a revisão sistemática conduzida por Serafim *et al.* (2022) comparou de forma estruturada os desfechos entre os tratamentos cirúrgico e conservador, oferecendo uma visão crítica sobre o tempo de recuperação e a taxa de retorno esportivo. Esses estudos, apesar da heterogeneidade metodológica, contribuem significativamente para a compreensão abrangente da pubalgia atlética, fornecendo subsídios relevantes para a tomada de decisão clínica individualizada, como especificado no quadro 1.

**Quadro 1.** Resultados dos estudos pesquisados.

<b>Título</b>	<b>Autor/ano</b>	<b>Delineamento</b>	<b>Objetivo</b>	
<i>Athletic Pubalgia: Recognition, Treatment, and Prevention</i>	Rabe; Oliver. (2009)	Revisão de Literatura	Revisar os principais aspectos relacionados à identificação clínica, modalidades de tratamento e estratégias preventivas da pubalgia atlética em atletas.	O tratamento de reabilitação por estabilização da cirurgia é indicado também são esse
<i>Athletic Pubalgia and Associated Rehabilitation</i>	Ellsworth; Zoland; Tyler. (2014)	Revisão narrativa	Descrever os aspectos clínicos da pubalgia atlética, com ênfase nos princípios de reabilitação funcional e retorno ao esporte.	O diagnóstico pre A reabilitação de condições, com f seja conservador



<i>Sports Hernia/Athletic Pubalgia: Evaluation and Management</i>	Larson. (2014)	Artigo de revisão	Revisar a terminologia, etiologia, diagnóstico e opções de tratamento da pubalgia atlética (hérnia esportiva).	O estudo evidenciou inicialmente indicadores frequentemente negativos nas taxas de sucesso em atletas competitivos. Também foram relatados casos individualizados, com lesões inguinais e pélvicas.
---	----------------	-------------------	--	---

(Continua)

<b>Título</b>	<b>Autor/ano</b>	<b>Delineamento</b>	<b>Objetivo</b>	
<i>Return to sport after surgical treatment for pubalgia among professional soccer players</i>	Queiroz. (2014)	Série de casos retrospectiva	Avaliar o retorno ao esporte após tratamento cirúrgico da pubalgia em jogadores de futebol profissional e descrever a técnica cirúrgica utilizada.	A técnica cirúrgica associada à tenotomia para retorno ao esporte retornaram ao esporte após a relatada após as pós-operatórias foram satisfatórias e esportivo.
<i>Groin Injuries (Athletic Pubalgia) and Return to Play</i>	Ellatar <i>et al.</i> (2016)	Revisão Clínica	Revisar a fisiopatologia, diagnóstico, opções terapêuticas e retorno ao esporte na pubalgia atlética.	A maioria dos atletas submetidos a cirurgia é eficaz e com alta após o protocolo de reabilitação.
<i>Management of osteitis pubis in athletes: rehabilitation and return to training - a review of the most recent literature</i>	Giai Via <i>et al.</i> (2018)	Revisão de Literatura	Analisar estratégias de reabilitação e retorno ao treino em atletas com osteíte púbica.	O tratamento conservador, fortalecimento da estabilidade pélvica, é o sucesso. A cirurgia é o tratamento de último critério funcional.
<i>Return to sport after conservative versus surgical treatment for pubalgia in athletes: a systematic review</i>	Serafim <i>et. al</i> (2022)	Revisão sistemática	Comparar o tempo de retorno ao esporte após tratamento conservador versus cirúrgico da pubalgia em atletas	A revisão demonstrou que o tratamento cirúrgico para o retorno ao esporte e maior sucesso conservador. A gravidade dos sintomas.



Fonte: Elaboração do autor (2025)

## DISCUSSÃO

A pubalgia do atleta, também conhecida como pubalgia atlética ou hérnia esportiva, representa um desafio clínico devido à sua natureza multifatorial, curso insidioso e impacto funcional significativo sobre o desempenho esportivo. A análise dos estudos incluídos nesta revisão evidencia uma crescente preocupação com o diagnóstico precoce, a individualização do tratamento e a eficácia no retorno ao esporte.

O estudo de Rabe e Oliver (2009), propõe inicialmente uma abordagem conservadora, baseada em repouso, uso de anti-inflamatórios e um programa de reabilitação focado em fortalecimento do core e equilíbrio muscular. No entanto, quando não há resposta após 6 a 8 semanas, a intervenção cirúrgica passa a ser indicada, com altas taxas de retorno ao esporte, principalmente em atletas de alto nível. A escolha do tipo de cirurgia depende do comprometimento anatômico identificado.

O trabalho de Elattar *et al.* (2016) destaca que a pubalgia atlética frequentemente decorre de desequilíbrios biomecânicos entre o complexo abdômen e adutor e estruturas pélvicas, exigindo uma abordagem diagnóstica abrangente e diferenciada. O estudo reforça que, embora a reabilitação conservadora seja indicada como tratamento inicial, a intervenção cirúrgica se torna necessária em casos que não apresentam melhora clínica. O sucesso da cirurgia, conforme demonstrado, está diretamente associado à aplicação de protocolos de reabilitação progressivos e individualizados, resultando em elevadas taxas de retorno ao esporte competitivo.

Corroborando esses achados, Serafim *et al.* (2022), em revisão sistemática, compararam os desfechos entre os tratamentos conservador e cirúrgico, evidenciando que, apesar de ambos possibilitarem retorno ao esporte, o tratamento cirúrgico apresentou melhores resultados em termos de tempo de recuperação e menor taxa de recidiva em atletas de alta performance. No entanto, reforça-se a



importância da correta indicação cirúrgica, que deve ser reservada aos casos refratários ao tratamento conservador bem conduzido.

Já o estudo de Ellsworth, Zoland e Tyler (2014) enfoca a reabilitação como pilar central do manejo da pubalgia, especialmente nas fases iniciais. O protocolo proposto inclui fortalecimento do core, estabilização lombo-pélvica e progressão funcional,

15

adaptando-se às necessidades específicas de cada atleta. O tratamento conservador, quando aplicado de forma estruturada, pode levar a resultados satisfatórios, principalmente em atletas amadores ou naqueles com sintomas menos severos.

Larson (2014) amplia a discussão ao abordar os critérios clínicos para o diagnóstico e o momento ideal para transição entre os tipos de tratamento. O autor sugere que a falha do tratamento conservador deve ser definida não apenas pela persistência da dor, mas também pela limitação funcional e impacto negativo na performance esportiva.

O trabalho de Queiroz *et al.* (2014), ao investigar os resultados pós-operatórios em jogadores profissionais de futebol, reforça a viabilidade da abordagem cirúrgica em casos mais graves. A técnica utilizada (resseção da sínfise púbica associada à tenotomia parcial do adutor) demonstrou eficácia, com tempo médio de retorno ao esporte em 16 semanas e taxa de satisfação de 100% entre os atletas, sem prejuízos ao desempenho esportivo.

Complementarmente, Gaii Via *et al.* (2018) ressaltam que o sucesso terapêutico depende de um programa de reabilitação estruturado, com ênfase na recuperação da estabilidade da pelve, reeducação funcional e correção de padrões de movimento. O estudo destaca que o retorno ao esporte deve ser baseado em critérios clínicos e funcionais claros, evitando recaídas.

Além disso, uma revisão sistemática recente conduzida por Brito *et al.* (2023)



analisou exclusivamente ensaios clínicos randomizados que investigaram intervenções não cirúrgicas para o tratamento da dor inguinal crônica em atletas. Os autores observaram que modalidades como fisioterapia ativa, com foco em exercícios de fortalecimento e controle motor, apresentaram forte evidência de eficácia na redução da dor e na melhora funcional. A revisão enfatiza ainda que o tratamento conservador bem estruturado deve ser considerado como primeira escolha, reforçando a importância de abordagens baseadas em evidências antes da indicação cirúrgica.

De modo geral, a discussão dos estudos revela um consenso quanto à necessidade de avaliação individualizada, priorização do tratamento conservador e indicação cirúrgica criteriosa. O retorno ao esporte, meta principal para a maioria dos atletas acometidos, é viável tanto com abordagem conservadora quanto cirúrgica, desde que acompanhada por protocolos de reabilitação adequados e um acompanhamento clínico sistemático.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A presente revisão integrativa permitiu reunir e analisar criticamente as evidências disponíveis sobre os tratamentos conservador e cirúrgico da pubalgia, destacando seus impactos no tempo de recuperação e na taxa de retorno ao esporte. Os estudos analisados indicam que o tratamento conservador deve ser a primeira escolha, apresentando bons resultados quando acompanhado de protocolos de reabilitação bem estruturados, focados no fortalecimento muscular e na correção de desequilíbrios funcionais. Entretanto, nos casos em que o tratamento conservador não apresenta resultados satisfatórios, especialmente em atletas de alto rendimento, o tratamento cirúrgico se mostra eficaz, com altas taxas de retorno ao esporte e tempos de recuperação mais curtos. As evidências sugerem que a cirurgia, quando bem indicada e associada a um programa pós-operatório adequado, pode proporcionar alívio da dor e recuperação funcional significativos, sem comprometer a



carreira esportiva do atleta. A decisão terapêutica deve sempre considerar o contexto clínico e esportivo individual do atleta, sendo essencial o trabalho integrado de profissionais de saúde, treinadores e o próprio atleta para alcançar os melhores resultados possíveis.

## REFERÊNCIAS

BRITO, R. et al. Nonsurgical interventions for the management of long-standing groin pain in athletes: a systematic review of randomized controlled trials. *Cureus*, v. 15, n. 6, p. e41282, 2023. Disponível em:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10329515/>. Acesso em: 11 jun. 2025.

ELATTAR, O. et al. Groin injuries (athletic pubalgia) and return to play. *Sports Health*, v. 8, n. 1, p. 68–74, 2016. Disponível em:

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27302153/>. Acesso em: 05 março. 2025.

ELLSWORTH, M. J.; ZOLAND, M. P.; TYLER, T. F. Athletic pubalgia and associated rehabilitation. *Sports Health*, v. 6, n. 3, p. 253–260, 2014. Disponível em:

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25383246/>. Acesso em: 14 abril. 2025.

GIAI VIA, A. et al. Management of osteitis pubis in athletes: rehabilitation and return to training – a review of the most recent literature. *Open Access Journal of Sports Medicine*, v. 9, p. 1–10, 2018. Disponível em:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6307487/>. Acesso em: 12 março. 2025.

LARSON, C. M. Sports hernia/athletic pubalgia: evaluation and management. *Sports Health*, v. 6, n. 2, p. 139–144, 2014. Disponível em:

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24587864/>. Acesso em: 12 março. 2025.

MENDES, K. D. S.; SILVEIRA, R. C. C. P.; GALVÃO, C. M. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto & Contexto – Enfermagem*, v. 17, n. 4, p. 758–764, 2008. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/tce/a/XzFkq6tjWs4wHNqNjKJLkXQ/?lang=pt>. Acesso em: 11 jun. 2025.

OLIVEIRA, L. P. et al. Perfil epidemiológico dos pacientes com diagnóstico de pubalgia do atleta. *Revista Brasileira de Ortopedia*, v. 51, n. 1, p. 51–55, 2016. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rbort/a/sdXQWfbvFqTnpxSNkztvctk/?lang=pt>.



Acesso em: 05 março 2025.

QUEIROZ, R. A. R. et al. Return to sport after surgical treatment for pubalgia among professional soccer players. *Revista Brasileira de Ortopedia*, v. 49, n. 6, p. 519–524, 2014. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26229806/>. Acesso em: 05 maio 2025.

RABE, J.; OLIVER, G. Athletic pubalgia: recognition, treatment, and prevention. *Strength and Conditioning Journal*, v. 31, n. 5, p. 30–36, 2009. Disponível em: [https://www.researchgate.net/publication/276006508\\_Athletic\\_Pubalgia\\_Recognition\\_Treatment\\_and\\_Prevention](https://www.researchgate.net/publication/276006508_Athletic_Pubalgia_Recognition_Treatment_and_Prevention). Acesso em: 05 março 2025.

SERAFIM, J. G. P. et al. Return to sport after conservative versus surgical treatment for pubalgia in athletes: a systematic review. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, v. 28, n. 1, p. 104–109, 2022. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36369155/>. Acesso em: 05 março 2025.