

EFEITO DA CONTRAÇÃO CONSCIENTE DOS MÚSCULOS PROFUNDOS DO ABDOME NA ATIVAÇÃO PERIESCAPULAR DURANTE EXERCÍCIOS EM INDIVÍDUOS COM E SEM DISCINESE ESCAPULAR

Filipe Estevão Sette¹ ; Nise Ribeiro Marques¹

¹Área de Ciências da Saúde – Centro Universitário Sagrado Coração –
FilipeSette07@Gmail.com; nisermarques@yahoo.com.br

Tipo de pesquisa: Iniciação Científica Voluntária - PIVIC
Área do conhecimento: Saúde – Fisioterapia

O Objetivo foi analisar o efeito da contração consciente dos músculos profundos do abdome na ativação periescapular durante exercícios em indivíduos com e sem discinese escapular. Participaram do estudo 22 indivíduos, separados em dois grupos de acordo com a presença ou não de discinese escapular. Os sinais eletromiográficos (EMG) foram coletados sobre os músculos: trapézio inferior (TI), trapézio superior (TS) e transverso do abdome/oblíquo interno (TRA/OI). Seis exercícios foram realizados nas duas condições: com e sem contração dos músculos abdominais. Os sinais EMG foram processados e analisados por meio do cálculo do envelope linear. A análise de variância (ANOVA) para medidas repetidas foi utilizada para as comparações. O nível de significância foi ajustado em $p < 0,05$. Como resultado, houve efeito de condição ($F = 4,4$; $p = 0,041$) e exercícios ($F = 12,29$; $p < 0,001$). Foi encontrada interação entre grupo versus condição ($F = 9,55$; $p = 0,005$) e grupos versus condição versus exercícios ($F = 2,35$; $p = 0,005$). O músculo TS, no grupo com discinese, apresentou redução de 14,62% na ativação durante o scaption com a contração consciente dos músculos profundos do abdome ($p = 0,044$). O TI, no grupo com discinese, apresentou ativação eletromiográfica 20,02% maior com contração consciente dos músculos profundos do abdome ($p = 0,021$) no exercício scaption. Portanto, a contração consciente dos músculos profundos do abdome, no exercício scaption, pode ser uma estratégia interessante para reeducação do controle neuromuscular em indivíduos com discinese escapular.

Palavra-chave: Eletromiografia. Biomecânica. Fisioterapia. Manguito rotador.