EFEITO AGUDO DA BANDAGEM ELÁSTICA NA FORÇA MUSCULAR DE RETO FEMORAL EM CORREDORES

Autor(res)

Rodrigo Antonio Carvalho Andraus
Ana Carolina Ferreira Tsunoda Del Antonio
Tiago Tsunoda Del Antonio
Marieli Ramos Stocco

Categoria do Trabalho

Pós-Graduação

Instituição

UNOPAR / ANHANGUERA - PIZA

Resumo

A bandagem elástica (BE) é uma fita elástica de algodão e adesiva que quando aplicada a pele com os músculos em tensão de alongamento cria convoluções na pele em retorno à posição neutra, o que acredita reduzir a pressão nos mecanorreceptores localizados abaixo da derme e alterar o recrutamento muscular através de mecanismos neuromusculares inibitórios e excitatórios. Objetivou-se verificar os efeitos agudos da BE sem tensão na força muscular de flexores e extensores de joelho de corredores. Trata-se de um ensaio clínico onde foram avaliados 49 corredores de ambos os sexos, frequência de treino de 3X por semana, sem lesões e/ou cirurgias em membros inferiores, com relação à força muscular de extensores e flexores de joelho por meio da dinamometria isocinética a 60°/s no modo concêntrico/concêntrico, pré (sem aplicação de BE) e imediatamente após a aplicação da BE sem nenhum tensionamento. A aplicação foi aplicada em “I” no músculo reto femoral de origem à inserção. A amostra foi composta por 49 participantes dentre os quais 34 (69,7%) são do sexo feminino e 15 (30,6%) são do sexo masculino. Com relação a caracterização da amostra temos uma média de idade de 38,8±9,7 anos; peCso de 72,2±11,2Kg, altura de 1,6±0,1m e IMC de26,6±3,3. Verificamos que na comparação pré e pós intervenção com BE houve uma média e desvio padrão da diferença de -0,8±10,35 (p=0,58) para extensores de joelho e -1,03±6,33 (p=0,25) para flexores de joelho, portanto não houve melhora significativa de força muscular tanto de extensores como de flexores de joelho após aplicação imediata da bandagem elástica sem tensão. Deste modo, concluiu-se que a BE não afetou as medidas relacionadas à força muscular se comparados os momentos pré e imediatamente após a aplicação da mesma, durante a extensão voluntária isométrica máxima do joelho, entretanto, nada relata sobre a aplicação de tensão na bandagem.