EFEITO IMEDIATO DA TÉCNICA DE ENERGIA MUSCULAR NO CONTROLE POSTURAL DE IDOSOS E ADULTOS JOVENS COM E SEM DOR LOMBAR CRÔNICA.

Autor(res)

Rubens Alexandre Da Silva Jr
Ana Paula De Sousa Pereira
Fábio Nascimento Da Silva
Pablo Eduardo Albuquerque De Souza

Categoria do Trabalho

Pós-Graduação

Instituição

UNOPAR / ANHANGUERA - PIZA

Resumo

O envelhecimento é um processo progressivo e uma das principais disfunções que surgem nessa fase é a diminuição da capacidade de equilíbrio postural, o que aumenta o risco de quedas entre os idosos. Por outro lado, a dor lombar crônica é um problema de saúde que afeta grande parte da população e pode estar associada à instabilidade postural. Poucos trabalhos apontam para os benefícios das técnicas neuromusculares para ganhos de flexibilidade e sua relação com o equilíbrio. O objetivo desta pesquisa é avaliar o efeito imediato da técnica neuromuscular de energia muscular (TEM) nas respostas de controle postural de idosos e adultos jovens com e sem dor lombar crônica. Cinquenta participantes voluntários de ambos os sexos (jovens entre 18 e 35 anos e idosos entre 60 e 85 anos) serão avaliados por meio de uma plataforma de força durante os testes de equilíbrio unipodal e semi-tandem (2 repetições de 30 segundos cada, com repouso de 30 segundos entre elas). Os participantes serão submetidos à TEM logo em seguida aos testes e reavaliados na plataforma de força. Os principais parâmetros de controle postural serão calculados: área e velocidade de oscilação do centro de pressão (COP). Uma análise de variância será realizada para comparar os efeitos entre pré e pós-intervenção. Espera-se melhora do equilíbrio, principalmente no grupo de idosos com dor lombar. Os resultados encontrados neste estudo contribuirão para o uso da TEM na dor lombar e no aumento de informações clínicas relevantes para beneficiar a capacidade de equilíbrio em idosos, afim de diminuir os riscos de quedas.