



EFEITO DA LIBERAÇÃO MIOFASCIAL NA RECUPERAÇÃO PÓS-ESFORÇO EM ATLETAS DE POLO AQUÁTICO

Rebeca Gasparoto Carmezin¹; Nise Ribeiro Marques²; Gabriel Motta Pinheiro Brisola²; Luiz Gustavo Lizi Jorge²; Mariana de Santi Lúcio¹ Vinicius Garcia Gomes²; Bruna Varanda Pessoa Santos¹

¹Centro de Ciências da Saúde–Centro Universitário Sagrado Coração

²Universidade Estadual Paulista, Campus Bauru

rebecagasparotoc@gmail.com, brunavpessoa@gmail.com

Tipo de Pesquisa: Iniciação científica voluntária (PIVIC)

Agência de fomento: Não há

Área do conhecimento: Saúde – Fisioterapia

Analisou-se o efeito agudo de um protocolo de liberação miofascial (LMF) na capacidade funcional, na força dos músculos adutores longo e magno de quadril, na percepção subjetiva de esforço, dor e recuperação pós esforço em atletas de polo aquático. Trata-se de em ensaio clínico, do tipo randomizado, crossover, duplo cego (paciente e terapeuta que avaliaram os atletas) e de dois braços, que analisou 14 atletas, do sexo masculino, com idade de 15 a 16 anos ($15,2 \pm 0,4$ anos, $68,4 \pm 8,0$ kg, $1,7 \pm 0,1$ m), recrutados em um centro de treinamento do esporte, na cidade de Bauru/SP, Brasil. O projeto foi aprovado pelo CEP em Seres Humanos do UNISAGRADO (nº 6.711.962/2024). Para a avaliação física foram coletados dados relacionados aos seguintes parâmetros: desempenho funcional: teste de salto; e biomecânico: torque isométrico máximo de adutores de quadril (contração isométrica voluntária máxima (CIVM) do membro dominante), bem como responderam as escalas de Percepção Subjetiva de Esforço (PSE), Percepção de Dor e de Recuperação. Após a avaliação inicial os participantes foram separados, aleatoriamente, em dois grupos: momento de intervenção e momento Sham. Em seguida, todos os participantes executaram uma simulação de jogo. Após a simulação do jogo, os participantes receberam o protocolo designado para cada grupo. Para o momento intervenção foi aplicado um protocolo de terapia manual, baseado na liberação miofascial (LMF) dos músculos adutores de quadril. Para o momento Sham foi aplicado massagem clássica, com pressão superficial, utilizada para atingir apenas tecidos subcutâneos, sem que houvesse ação sobre músculos e fáscias. Após uma semana de washout, os participantes trocaram de grupo e os protocolos de coletas de dados foram novamente aplicados. Não foram observadas diferenças estatisticamente significativas entre os momentos da avaliação (linha de base) e após intervenção, e nem entre os grupos (intervenção LMF e sham). A liberação miofascial aplicada de forma aguda não promoveu benefícios na capacidade funcional, na força dos músculos adutores de quadril e na percepção de fadiga muscular, dor e recuperação pós esforço (simulação de jogo) em atletas de polo aquático. Palavras-chave: Fisioterapia; Fadiga; Desempenho, Polo Aquático, Liberação miofascial.