

EFEITO AGUDO DA BANDAGEM ELÁSTICA NO PADRÃO DE ATIVAÇÃO DOS MÚSCULOS ESTABILIZADORES DO TORNOZELO, NA CINEMÁTICA E NO DESEMPENHO, DURANTE ATIVIDADES FUNCIONAIS EM JOVENS ADULTOS ATIVOS

Vinicius Christianini Moreno¹, Ricardo José Tecchio Serrão², Gabriel Paglioni Garcia²,
Nise Ribeiro Marques¹

¹Centro de Ciências da Saúde, Universidade do Sagrado Coração

²Departamento de Fisioterapia e Terapia Ocupacional, Universidade Estadual Paulista,
UNESP/Marília

vchristianinimoreno@gmail.com; gabriegarcia@gmail.com; ricardojtserrao@gmail.com
nisermarques@yahoo.com.br

Tipo de pesquisa: Iniciação Científica com bolsa – PIBIC

Agência de fomento: CNPq

Área do conhecimento: Saúde – Fisioterapia

O uso da bandagem elástica pode gerar efeitos sobre o controle neuromuscular e biomecânica do movimento. Contudo, estes efeitos ainda não são bem entendidos. O objetivo do estudo foi avaliar o efeito da bandagem elástica na co-contracção dos músculos do tornozelo, na cinemática e função durante testes funcionais em jovens praticantes de *Crossfit*[®]. Participaram do estudo 21 jovens praticantes de *Crossfit*[®]. Foram realizados encontros em dois dias, com testes ortopédicos, contrações isométricas voluntárias máximas de gastrocnêmio medial e tibial anterior, coleta de dados do salto vertical e coleta de dados dos testes funcionais. Todos os testes foram realizados nas condições com e sem bandagem elástica. Durante o *SEBT*, houve aumento do alcance máximo de 3,8% e 5,6% nas direções ântero e pósteromedial durante a condição com bandagem elástica. No MHT, houve redução do tempo de execução, em 5,7% e 7,1% dos saltos em progressão anterior na condição com bandagem elástica. O uso da bandagem elástica melhorou o desempenho em testes funcionais de jovens praticantes de *Crossfit*[®]. Contudo, não houve alteração na co-contracção dos músculos do tornozelo e na cinemática em movimentos funcionais.

Palavras chaves: Cinemática. Eletromiografia. Fisioterapia.