



ANÁLISE DE DIFERENTES PROTOCOLOS DE EXERCÍCIOS NA BIOMECÂNICA DO QUADRIL E NA DOR INGUINAL DE ATLETAS CORREDORES DE RUA

Marcos Domingues dos Santos Junior¹; Rafael Falco Fernandes¹; Stephani Aparecida Ribeiro¹; Luis Gustavo Lizi Jorge¹; Nise Ribeiro Marques¹.

¹Área de Ciências da Saúde - Centro Universitário do Sagrado Coração

marcos_domingues@hotmail.com.br, rafael.falco3@hotmail.com, stefhaniapribeiro@hotmail.com,
gustavolizijorge@gmail.com, nise.marques@unisagrado.edu.br

Tipo de pesquisa: Iniciação Científica com bolsa - PIBIC

Agência de fomento: FAP/UNISAGRADO

Área do conhecimento: Saúde – Fisioterapia

A dor inguinal é uma condição dolorosa no osso púbis, que é o ponto de origem de vários músculos, como os adutores da coxa. Com isso, a região sofre dissipação de forças, levando a lesões. A dor inguinal nos corredores de rua está ligada ao movimento da sínfise púbica que se movimenta verticalmente, o que facilita a ocorrência de microtraumas na região. O estudo analisou os efeitos de diferentes protocolos de exercícios na ativação muscular do quadril em atletas corredores de rua que sofrem de dor inguinal. Participaram deste estudo quatro indivíduos entre 18 a 50 anos de idade, de ambos os sexos e de qualquer categoria de corrida de rua. A coleta de dados se deu por meio de uma ficha de anamnese e avaliação dos membros inferiores com a utilização de um módulo de aquisição de sinais biológicos para a coleta dos sinais eletromiográficos. Dois protocolos de exercícios foram utilizados e definidos aleatoriamente para a intervenção com os pacientes. Após 4 semanas de intervenção os participantes foram reavaliados. Para análise estatística foi utilizado o teste t-Student para amostras pareadas e o nível de significância foi ajustado em $p < 0,05$. Não houve diferença estatisticamente significativa na ativação muscular em nenhuma das comparações realizadas antes e após os protocolos de intervenção (Adutor Longo, $p=0,06$; Glúteo Médio, $p=0,99$; e Glúteo Máximo, $p=0,86$).

Palavras-chave: Dor inguinal. Corredores. Ativação muscular.