



## EFEITO DO RECRUTAMENTO DOS MÚSCULOS DO ABDOMEN NA ATIVÇÃO DOS MUSCULOS PERIESCAPULARES EM INDIVÍDUOS COM DISCINESE

Maria Eduarda da Silva Santos<sup>1</sup>; Luiz Filipe Máximo<sup>1</sup>; Nise Ribeiro Marques<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Área das Ciências da Saúde – Centro Universitário do Sagrado Coração  
[nise.marques@unisagrado.edu.br](mailto:nise.marques@unisagrado.edu.br)

Tipo de pesquisa: Iniciação Científica Voluntária

Agência de fomento: Não há

Área do conhecimento – Fisioterapia

**Introdução:** A discinese escapular é caracterizada pelo aumento da ativação do trapézio superior e por redução da ativação do trapézio inferior e serrátil anterior, o que acarreta em alteração no trajeto cinemático da escápula durante os movimentos de flexão e abdução do ombro. **Objetivo:** Analisar o efeito da contração consciente dos músculos profundos do abdome na co-contratação eletromiográfica dos músculos estabilizadores da escápula durante a elevação do ombro no plano da escápula em indivíduos com discinese escapular. **Métodos:** Participaram do estudo 14 indivíduos com discinese escapular. Os sinais eletromiográficos (EMG) foram coletados sobre os músculos: trapézio inferior (TI), serrátil anterior (SA) e transversos do abdome/oblíquo interno (TRA). Três contrações isométricas máximas, com duração de cinco segundos e repouso de 30 segundos, entre cada contração, foram realizadas, para normalização dos sinais EMG. A elevação do ombro no plano da escápula foi realizada nas duas condições: com e sem contração dos músculos abdominais. Na condição com contração abdominal, os participantes foram orientados a realizar a contração máxima, o músculo transversos do abdômen (TRA). Os participantes foram familiarizados em relação aos exercícios e a contração abdominal. Os sinais EMG foram processados e analisados no domínio do tempo por meio do cálculo do envelope linear. A ativação EMG foi analisada por meio do envoltório linear normalizado e as razões de co-contratação calculadas foram TRA/SA e TI/SA. O teste t-Student para amostras pareadas foi utilizado para comparar as condições com e sem contração abdominal. Foi considerado significativo  $p < 0,05$ . **Resultados:** Foram avaliados 14 participantes (mulheres,  $n = 10$ ; e homens,  $n = 4$ ). Foi encontrado diferença significativa entre as condições com contração dos músculos profundos do abdômen e sem contração para a razão TRA/SA ( $p = 0,02$ ). A razão TRA/SA foi 13,6% maior na condição com contração dos músculos profundos do abdômen. **Conclusão:** A contração consciente dos músculos profundos do abdômen foi capaz de aumentar a razão TRA/SA, o que pode sugerir um aumento na estabilidade periescapular.

Palavras-chave: Eletromiografia. Biomecânica. Fisioterapia