



Evento	Salão UFRGS 2020: SIC - XXXII SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UFRGS
Ano	2020
Local	Virtual
Título	PICO DE TORQUE E ATIVAÇÃO MUSCULAR DURANTE A EXECUÇÃO DO EXERCÍCIO NÓRDICO DE ISQUIOTIBIAIS COM DOIS POSICIONAMENTOS DA ARTICULAÇÃO DO TORNOZELO
Autor	RODRIGO LUIZ NESKE RABUSKE
Orientador	RONEI SILVEIRA PINTO

TÍTULO: PICO DE TORQUE E ATIVAÇÃO MUSCULAR DURANTE A EXECUÇÃO DO EXERCÍCIO NÓRDICO DE ISQUIOTIBIAIS COM DOIS POSICIONAMENTOS DA ARTICULAÇÃO DO TORNOZELO

AUTOR: RODRIGO NESKE; **ORIENTADOR:** RONEI SILVEIRA PINTO.

INSTITUIÇÃO: Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Escola de Educação Física, Fisioterapia e Dança, Porto Alegre, Rio Grande do Sul.

Introdução: O exercício nórdico de isquiotibiais (ENI) tem sido utilizado para prevenção de lesões que acometem principalmente a cabeça longa do músculo bíceps femoral (BF). Todavia, a influência da posição da articulação do tornozelo durante a execução do ENI e suas repercussões neuromusculares necessita de mais informações. **Objetivo:** Comparar o pico de torque absoluto (PTa) e relativizado pela massa corporal total (PTr) e a ativação eletromiográfica (EMG) do BF e gastrocnêmio medial (GM), do membro dominante e não-dominante, durante a execução do ENI com a articulação do tornozelo nas posições de flexão dorsal (FLX-D) e plantar (FLX-P). **Método:** Participaram do estudo 22 indivíduos (12 homens e 10 mulheres, $23,6 \pm 5,9$ anos, $71,0 \pm 13,1$ kg, $176,2 \pm 9,8$ cm) destreinados em força. Cada participante realizou 6 repetições do ENI em um equipamento isocinético Cybex (Rokonkoma, NY) com cada posicionamento dos tornozelos, nas quais foram mensurados o PT e a atividade EMG (NewMiotool MIOTEC, Porto Alegre/RS) do BF e GM. Aprovação do comitê de ética local (2.672.552). **Resultados:** Não foi observada diferença significativa ($p > 0,05$) entre as posições do tornozelo para a média do PTa (FLX-D: $146,4 \pm 55,5$; FLX-P: $140,6 \pm 57,9$), ativação EMG de BF para o membro dominante (FLX-D: $63,3 \pm 27,0$; FLX-P: $72,0 \pm 27,0$) e para o membro não-dominante (FLX-D: $55,0 \pm 20,0$; FLX-P: $60,0 \pm 15,0$) e de GM para o membro dominante (FLX-D: $51,8 \pm 21,0$; FLX-P: $59,6 \pm 28,7$) e não-dominante (FLX-D: $55,3 \pm 22,6$; FLX-P: $55,3 \pm 17,0$). Quando relativizado pela massa corporal, a média do PTr (FLX-D: $9,7 \pm 5,8$; FLX-P: $13,9 \pm 7,7$) foi significativamente maior na posição de FLX-P ($p < 0,05$). **Conclusão:** Apesar da posição da articulação do tornozelo não afetar o PTa e a ativação EMG de BF e GM para os membros dominante e não-dominante, o PTr foi maior quando o ENI foi executado em FLX-P.

Palavras chave: força excêntrica, eletromiografia de superfície, flexores de joelho, flexores plantares.