

Dayican, et al., 2023 Abstract

Posições para os Músculos do Assoalho Pélvico em Treinamento (PFMT)

Objetivo

Este estudo teve como objetivo determinar as posições adequadas para o treinamento dos músculos do assoalho pélvico (PFMT) de acordo com o estado funcional dos músculos do assoalho pélvico (PFM) em mulheres com disfunção do assoalho pélvico.

Resultados

O estudo concluiu que as posições em que o PFM relaxa e contrai mais podem variar de acordo com o estado funcional do PFM. Portanto, diferentes posições de treinamento do PFM podem ser preferidas de acordo com o estado funcional do PFM em mulheres com disfunção do assoalho pélvico.

Participantes e Clínicos

Setenta e seis mulheres diagnosticadas com disfunção do assoalho pélvico foram incluídas no estudo.

Os pesquisadores foram Damla Korkmaz Dayican, Departamento de Fisioterapia e Reabilitação, Faculdade de Ciências da Saúde, Universidade Biruni, Istambul, Turquia; İrem Keser e Özge Çeliker Tosun, Faculdade de Fisioterapia e Reabilitação, Universidade Dokuz Eylül, Izmir, Turquia; O. Yavuz e Sefa Kurt, Departamento de Obstetrícia e Ginecologia, Universidade Dokuz Eylül; Gökhan Tosun, Departamento de Obstetrícia e Ginecologia, Hospital de Educação e Pesquisa Tepecik, Izmir.

Métodos

Após a palpação digital, os participantes foram divididos em quatro grupos de acordo com o estado funcional do PFM: normal, hiperativo, hipoativo e não funcional. As funções do PFM e dos músculos abdominais dos participantes foram avaliadas por meio de eletromiografia superficial usando o NeuroTrac MyoPlus 4 Pro com uma sonda endovaginal cilíndrica (Verity Medical), em três posições: pose de borboleta modificada, posição 1 (P1); pose de criança modificada, posição 2 (P2); e agachamento profundo modificado com bloco, posição 3 (P3). A análise de variância de Friedman e o teste de Kruskal–Wallis foram usados nas avaliações.

O resumo do estudo pode ser encontrado em:

https://journals.lww.com/njcp/pages/results.aspx?txtKeywords=10.4103%2fnjcp.njcp_53_23.