

Kurtoglu, Ahmet, et al, 2023 - Resumo

Usando sEMG para Determinar a Ativação do Músculo Deltóide em Atletas de Musculação

Objetivo

O estudo foi realizado para determinar a forma de movimento mais precisa para evitar lesões no ombro em fisiculturistas, usando a eletromiografia de superfície (sEMG) para determinar a ativação do músculo deltóide de fisiculturistas a partir de diferentes ângulos.

Resultados

Como resultado da análise estatística, nos participantes do sexo masculino, os valores médios de sEMG do deltóide e a contração máxima voluntária (MVC) diminuíram significativamente com a redução do tamanho do ângulo. Nos participantes do sexo feminino, os valores médios de sEMG e MVC (%) não mudaram em diferentes ângulos.

De acordo com os resultados da pesquisa, as ativações do sEMG do ombro diminuem proporcionalmente ao ângulo em fisiculturistas. Sugere-se que os fisiculturistas considerem os resultados do estudo ao realizar exercícios para hipertrofia do músculo deltóide.

Participantes e Pesquisadores

O estudo incluiu 53 atletas (44 homens, nove mulheres) com uma idade média de 25,77 ($\pm 9,13$ anos).

Os pesquisadores foram: Ahmet Kurtoglu, Bekir Carand Nurettin Konar, do Departamento de Educação em Treinamento, Universidade Bandirma Onyedi Eylul, Faculdade de Ciências do Esporte, Balikesir, Turquia; e Rukiye Ciftci, Departamento de Anatomia, Universidade Bandirma Onyedi Eylul, Faculdade de Medicina, Balikesir, e Departamento de Anatomia, Universidade de Ciências e Tecnologia Islâmica de Gaziantep, Faculdade de Medicina, Gaziantep, Turquia.

Métodos

Os atletas na pesquisa frequentavam regularmente academias de musculação. As ativações do deltóide dos participantes foram medidas por eletromiografia de superfície (sEMG), utilizando o dispositivo Neurotrac MyoPlus Pro (Verity Medical). Os ângulos das articulações foram determinados com um goniômetro.

As análises estatísticas do estudo foram realizadas utilizando o programa SPSS 25. Foi constatado que os dados tinham distribuição normal, e o teste de Anova para medidas repetidas foi aplicado para as comparações.

O resumo completo pode ser encontrado em

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37900328/#:~:text=Conclusão%3A%20De%20acordo%20com%20a%20pesquisa%2C%20a%20ativação%20do%20deltóide%20medial%20é%20mais%20alta.>