

Kurtoglu, Ahmet, et al, 2023 Abstract

Uso de sEMG para determinar la activación del músculo deltoides en atletas de culturismo

Objetivo

El estudio se llevó a cabo para determinar la forma más precisa de movimiento por parte de los culturistas, con el fin de evitar lesiones en el hombro, utilizando electromiografía de superficie (sEMG) para determinar la activación del músculo deltoides de los culturistas desde diferentes ángulos.

Resultados

Como resultado del análisis estadístico, en los participantes masculinos, los valores medios de sEMG del deltoides y la contracción voluntaria máxima (MVC) disminuyeron significativamente al disminuir el tamaño del ángulo. En las participantes femeninas, los valores medios de sEMG y MVC (%) no cambiaron en los diferentes ángulos.

De acuerdo con los resultados de la investigación, las activaciones del deltoides medidas con sEMG disminuyen de manera proporcional al ángulo en culturistas. Se sugiere que los culturistas consideren los resultados del estudio al realizar ejercicios para hipertrofiar el músculo deltoides.

Participantes e investigadores

El estudio incluyó a 53 atletas (44 hombres, nueve mujeres) con una edad promedio de 25.77 (± 9.13 años).

Los investigadores fueron: Ahmet Kurtoglu, Bekir Carand Nurettin Konar, del Departamento de Educación en Entrenamiento, Universidad Bandirma Onyedi Eylul, Facultad de Ciencias del Deporte, Balikesir, Turquía; y Rukiye Ciftci, del Departamento de Anatomía, Universidad Bandirma Onyedi Eylul, Facultad de Medicina, Balikesir, y Departamento de Anatomía, Universidad de Ciencias y Tecnología Islámica de Gaziantep, Facultad de Medicina, Gaziantep, Turquía.

Métodos

Los atletas que participaron en la investigación asistían regularmente a gimnasios de culturismo. Las activaciones del deltoides de los participantes fueron medidas mediante electromiografía de superficie (sEMG), utilizando el dispositivo Neurotrac MyoPlus Pro (Verity Medical). Los ángulos articulares se determinaron con un goniómetro.

Los análisis estadísticos del estudio se realizaron con el programa SPSS 25. Se encontró que los datos tenían una distribución normal y se aplicó la prueba Anova de medidas repetidas para las comparaciones.

El resumen completo puede encontrarse en

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37900328/#:~>

[=Conclusion%3A%20According%20to%20the%20research,medial%20deltoid%20muscle%20i s%20highest](#)