

Kurtoglu, Ahmet, et al, 2023 Abstract

Utilisation de l'EMG de surface pour déterminer l'activation du muscle deltoïde chez les athlètes de musculation

Objectif L'étude a été réalisée afin de déterminer la forme de mouvement la plus précise pour éviter les blessures à l'épaule chez les bodybuilders, en utilisant l'électromyographie de surface (sEMG) pour mesurer l'activation du muscle deltoïde à différents angles.

Résultats À la suite de l'analyse statistique, chez les participants masculins, les valeurs moyennes du sEMG du deltoïde et de la contraction volontaire maximale (MVC) ont significativement diminué avec la réduction de la taille de l'angle. Chez les participantes féminines, les valeurs moyennes du sEMG et du MVC (%) n'ont pas changé à différents angles.

Selon les résultats de la recherche, l'activation du sEMG de l'épaule diminue proportionnellement à l'angle chez les bodybuilders. Il est suggéré que les bodybuilders tiennent compte des résultats de l'étude lors de la réalisation d'exercices pour hypertrophier le muscle deltoïde.

Participants et chercheurs L'étude a inclus 53 athlètes (44 hommes et neuf femmes) avec un âge moyen de 25,77 ans ($\pm 9,13$ ans).

Les chercheurs étaient : Ahmet Kurtoglu, Bekir Carand Nurettin Konar, du Département d'Éducation au Coaching, Université Bandirma Onyedi Eylul, Faculté des Sciences du Sport, Balikesir, Turquie ; et Rukiye Ciftci, Département d'Anatomie, Université Bandirma Onyedi Eylul, Faculté de Médecine, Balikesir, et Département d'Anatomie, Université de Science et Technologie Islamique de Gaziantep, Faculté de Médecine, Gaziantep, Turquie.

Méthodes Les athlètes impliqués dans la recherche fréquentaient régulièrement des salles de musculation. L'activation du deltoïde des participants a été mesurée à l'aide d'une électromyographie de surface (sEMG) avec le dispositif Neurotrac MyoPlus Pro (Verity Medical). Les angles articulaires ont été déterminés à l'aide d'un goniomètre.

Les analyses statistiques de l'étude ont été réalisées à l'aide du programme SPSS 25. Il a été constaté que les données étaient distribuées normalement, et le test Anova à mesures répétées a été appliqué pour les comparaisons.

Le résumé complet peut être trouvé sur

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

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