

Ojukwu, Chidiebele Petronilla, et al., 2024 Resumo

Avaliação de Exercícios de Braceamento Abdominal Usando EMG

Objetivo

O estudo utilizou biofeedback e eletromiografia (EMG) para avaliar as variações na atividade dos músculos abdominais, especificamente o Reto Abdominal (RA) e o Transverso do Abdome (TrA), durante exercícios de braceamento abdominal (ABE) em diferentes posições corporais.

Resultados

O estudo concluiu que, para melhores resultados, os exercícios de braceamento abdominal devem ser realizados na posição em pé.

Participantes e Pesquisadores

Vinte e cinco pacientes do sexo feminino participaram do estudo.

Os pesquisadores foram:

- Chidiebele Petronilla Ojukwu e Amarachi Blessing Eze, Department of Medical Rehabilitation, Faculty of Health Sciences and Technology, College of Medicine, University of Nigeria, Enugu, Nigéria
- Ibifubara Ayoola Aiyegbusi, Department of Physiotherapy, College of Medicine, University of Lagos, Nigéria
- Ifeoma Blessing Nwosu, Department of Medical Rehabilitation, Faculty of Health Sciences and Technology, College of Medicine, Nnamdi Azikiwe University, Awka, Nigéria
- Stephen Sunday Ede, Department of Medical Rehabilitation, Faculty of Health Sciences and Technology, College of Medicine, University of Nigeria e School of Sport and Health Sciences, Faculty of Allied Health & Well-being, University of Central Lancashire, Preston, Reino Unido

Métodos

As atividades elétricas dos músculos RA e TrA foram avaliadas em 25 mulheres obesas por meio de eletromiografia de superfície (sEMG) durante exercícios de braceamento abdominal em quatro posições corporais diferentes: crook lying (decúbito dorsal com joelhos flexionados), side lying (decúbito lateral), standing (em pé) e sitting (sentada). Cada tentativa durou cinco segundos, com intervalo de uma hora entre as tentativas.

Os sinais de EMG foram registrados usando o sistema de coleta de dados NeuroTrac Myoplus 2 (Verity Medical) e o software NeuroTrac (Verity Medical).

O resumo completo pode ser encontrado em:

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1360859224000238>