

## **Ojukwu, Chidiebele Petronilla, et al., 2024 Resumo**

### **Avaliação de Exercícios de Contração Abdominal Usando EMG**

#### **Objetivo**

O estudo utilizou biofeedback e eletromiografia (EMG) para avaliar as variações nas atividades musculares abdominais dos músculos Reto Abdominal (RA) e Transverso do Abdômen (TrA) durante exercícios de contração abdominal (ECA) em diferentes posições corporais.

#### **Resultados**

O estudo concluiu que, para melhores resultados, os exercícios de contração 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, do Departamento de Reabilitação Médica, Faculdade de Ciências da Saúde e Tecnologia, Faculdade de Medicina, Universidade da Nigéria, Enugu, Nigéria; Ibifubara Ayoola Aiyegbusi, do Departamento de Fisioterapia, Faculdade de Medicina, Universidade de Lagos, Nigéria; Ifeoma Blessing Nwosu, do Departamento de Reabilitação Médica, Faculdade de Ciências da Saúde e Tecnologia, Faculdade de Medicina, Universidade Nnamdi Azikiwe, Awka, Nigéria; e Stephen Sunday Ede, do Departamento de Reabilitação Médica, Faculdade de Ciências da Saúde e Tecnologia, Faculdade de Medicina, Universidade da Nigéria, e da Escola de Ciências do Esporte e Saúde, Faculdade de Saúde Aliada e Bem-Estar, Universidade de Lancashire Central, Preston, Reino Unido.

#### **Métodos**

As atividades elétricas de ambas as partes dos músculos RA e TrA foram avaliadas em 25 mulheres obesas por meio de eletromiografia de superfície (SEMG) durante ECA em quatro posições corporais diferentes (posição supina, posição lateral, em pé e sentado). Cada teste durou cinco segundos, com um período de descanso de uma hora entre os testes.

As atividades de sinal de entrada do EMG foram registradas usando um sistema de coleta de dados da Verity Medical, o NeuroTrac Myoplus 2, e utilizando o software NeuroTrac (Verity Medical).

O resumo completo pode ser encontrado em

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