

REPRODUTIBILIDADE DA AVALIAÇÃO ISOCINÉTICA DE EXTENSORES E FLEXORES DE JOELHO EM MULHERES JOVENS E PÓS-MENOPÁUSICAS

Paula Zaffari; Stéphanie S. Pinto; Bruno Baroni; Fábio Lanfredin; Marco Vaz; Eduardo L. Cadore; Natália Bagatini; Cristine Alberton; Luiz Fernando M. Krue



UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL
ESCOLA DE EDUCAÇÃO FÍSICA
LABORATÓRIO DE PESQUISA DO EXERCÍCIO
GRUPO DE PESQUISA EM ATIVIDADES AQUÁTICAS E TERRESTRES



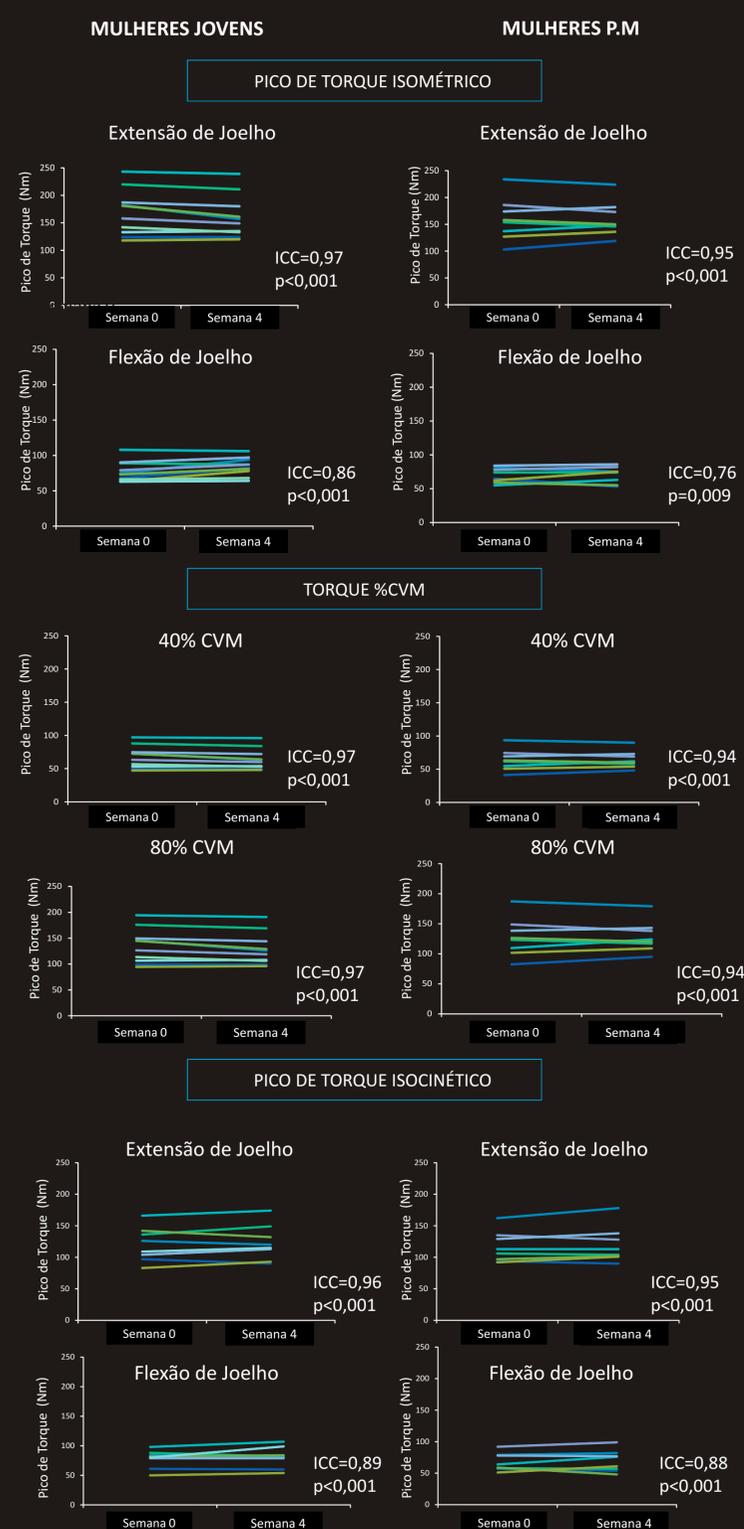
INTRODUÇÃO

A força muscular é um dos principais componentes da aptidão física, dessa forma, o seu ganho vem a ser um dos principais objetivos de programas de intervenção de exercício. Um dos métodos de avaliação desse componente mais comumente utilizados é a dinamometria isocinética, no qual a força é representada pelo torque gerado pela contração de um grupo muscular durante o movimento. Em decorrência dessa grande utilização, muitos estudos vêm investigando a reprodutibilidade desses equipamentos, no entanto, não foram encontrados estudos que realizassem essas avaliações em períodos superiores à 10 dias e com diferentes populações. Com o intuito de auxiliar nessa investigação, o objetivo do presente estudo foi determinar a reprodutibilidade do torque isométrico e isocinético, dos músculos flexores e extensores de joelho, em um período de quatro semanas, em mulheres jovens e pós-menopáusicas (P.M).

METODOLOGIA

A amostra foi composta por 10 mulheres jovens (18 a 30 anos) e 8 mulheres pós-menopáusicas (50 a 62 anos), voluntárias e isentas de doenças. Todos os sujeitos participaram de uma sessão para familiarização com o protocolo do estudo, participaram de uma sessão para caracterização da amostra e assinaram um termo de consentimento livre e esclarecido. As participantes foram submetidas a duas sessões de testes idênticos, com um intervalo de quatro semanas entre eles, os quais eram realizados em um dinamômetro isocinético da marca *Biodex*. O protocolo consistia na realização de três Contrações Isométricas Voluntárias Máximas (CVM), de extensão e flexão de joelho; extensão de joelho a 40 e 80% da CVM; e Contração Isocinética Máxima a 60 graus/s de extensão e flexão de joelho. Como variáveis analisadas tem-se o pico de torque isométrico e isocinético de extensores e flexores de joelho e o torque de extensores de joelho nos %CVM. Para análise estatística foi utilizado teste de Coeficiente de Correlação Intraclassa (ICC). $\alpha = 0,05$ SPSS 17.0.

RESULTADOS



CONCLUSÃO

Os resultados do presente estudo demonstraram que o protocolo realizado no dinamômetro isocinético foi fortemente reproduzido em um período de quatro semanas, tanto em mulheres jovens quanto pós-menopáusicas. Dessa forma, é possível afirmar que o protocolo realizado no equipamento *Biodex*, pode ser utilizado com bastante confiança para determinar os efeitos de um treinamento sobre a força muscular de sujeitos de diferentes faixas etárias.