

O EFEITO DO APRENDIZADO MOTOR NA REPRODUTIBILIDADE DE TESTES DE ESTABILIZAÇÃO LOMBOPELVICA EM ADULTOS JOVENS: ESTUDO OBSERVACIONAL TRANSVERSAL

Righetto, Geovanna¹; Briere, Bruna¹; Hoff, Estela¹; Bloemer, Aline¹; Dias, Rebeca¹; Moraes, Carla¹; Rossato, Jaline¹; Carvalho; Alberito Rodrigo².

INTRODUÇÃO: O controle muscular lombopélvico (músculos transversos do abdômen e multifídeos lombares) é responsável pelo alinhamento da pelve e da coluna toracolombar durante o equilíbrio estático e dinâmico. Dessa forma, o treinamento motor central tem demonstrado melhora no desempenho do controle lombopélvico e no sinergismo muscular a fim de melhorar o recrutamento muscular e o treinamento do movimento ideal. **OBJETIVO:** Verificar o efeito do aprendizado motor na reprodutibilidade de medidas de estabilização lombopélvica, tanto dinâmica quanto estática, em indivíduos saudáveis. **MÉTODOS:** Amostra composta por 20 voluntários (♀ = 14 e ♂ = 6; massa corporal 71,0±17,4 kg; estatura 1,68±0,09 m; comprimento de membros inferiores 0,8 ±0,06 m). As medidas de Estabilidade Dinâmica (ED) e Estática (EE) dos músculos profundos da região lombopélvica foram avaliadas por uma unidade pressórica de biofeedback (UPB) Stabilizer; com ênfase na ação muscular do Transverso do Abdômen (retroversão pélvica [EE_trans]) e do Multifídeo Lombare (anteversão pélvica [EE_multi]) para EE; e apenas na ação muscular do Transverso do Abdômen para ED. As avaliações ocorreram em 3 sessões distintas, com protocolo idêntico: i) teste; ii) reteste_1 (24h após a familiarização); iii) reteste_7 (7 dias após a familiarização). Foram solicitadas 5 tentativas, com intervalo de dois minutos entre cada uma delas, e registrada a pressão média sustentada durante cada contração. Caso o valor pressórico na última medida tenha sido maior 10% da anterior, nova medida foi realizada até que tal diferença fosse menor que 10%. A reprodutibilidade foi testada pelo coeficiente de correlação intraclassa (ICC). **RESULTADOS:** Os achados de reprodutibilidade entre as avaliações (ICC, em valores percentuais, [intervalo de confiança – 95%], classificação da força da confiabilidade); p-valor) foram: EE_trans (teste*reteste_1*reteste_7= 0,77[0,58 a 0,89], boa; p<0,001); teste*reteste_1=0,81[0,58 a 0,92], boa; p<0,001); teste*reteste_7=0,62[0,24 a 0,83], moderada; p=0,002); EE_multi (teste*reteste_1*reteste_7= 0,52[0,25 a 0,75], moderada; p=0,001); teste*reteste_1=0,55[0,15 a 0,79], moderada; p=0,005); teste*reteste_7=0,39[-0,05 a 0,71], pobre; p=0,073); ED (teste*reteste_1*reteste_7= 0,87[0,74 a 0,94], boa; p<0,001); teste*reteste_1=0,81[0,58 a 0,92], boa; p<0,001); teste*reteste_7=0,85[0,67 a 0,94], boa; p=0,002). **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** A reprodutibilidade para EE_trans e ED foi boa no geral, enquanto que para EE_multi foi moderada. Quando o intervalo foi de apenas 1 dia, as reprodutibilidades foram melhores que aquelas com intervalo de 7

¹ Acadêmica do curso de Fisioterapia; Universidade Estadual do Oeste do Paraná, Laboratório de Biodinâmica Integrativa

² Docente do curso de Fisioterapia; Universidade Estadual do Oeste do Paraná, Laboratório de Biodinâmica Integrativa



dias, sugerindo efeito de aprendizado motor. Dessa maneira, sugere-se que há a possibilidade do teste de multifidos com o uso do Stabilizer não seja a opção mais eficaz.

PALAVRAS-CHAVE: Estabilidade Central; Desempenho Psicomotor; Feedback.

REFERÊNCIA:

Shamsi, M.B., Rezaei, M., Zamanlou, M., Sadeghi, M. & Pourahmadi, M.R. (2016). Does core stability exercise improve lumbopelvic stability (through endurance tests) more than general exercise in chronic low back pain? A quasi-randomized controlled trial. *Physiotherapy Theory and Practice*, 32, 171–178.

Coulombe, B.J., Games, K.E., Neil, E.R. & Eberman, L.E. (2017). Core stability exercise versus general exercise for chronic low back pain. *Journal of Athletic*, 52, 71–72.