

### **RESISTÊNCIA ISOCINÉTICA**

Gonçalves, J. A. F.

Criada por James Perrine em 1967, a resistência isocinética passou a ser o método de escolha para a avaliação dinâmica da função muscular. Sua validade e confiabilidade foram estabelecidas durante os últimos trinta anos e hoje sua indicação, bem como os resultados são bastante conhecidos na literatura internacional. Os equipamentos atuais, acoplados ao computador, fornecem dados numéricos e gráficos precisos, tornando objetiva a avaliação funcional. Deste modo as condutas a serem traçadas para tratamento, prevenção e treinamento são também precisas, acelerando os resultados. Há ainda a utilização em pesquisa, que fornece os dados normativos necessários para se estabelecer parâmetros de normalidade de cada população. O método constitui-se de uma forma de trabalho resistido do grupos musculares onde a resistência é acomodativa, possibilitando a solicitação máxima da capacidade muscular, em velocidade angular constante. Pode-se avaliar e exercitar capacidades físicas musculares diversas como a força, potência e resistência, sendo o trabalho monitorado com recursos de biofeedback. Portanto a vantagem do método, além da precisão, é a possibilidade de solicitar os grupos musculares de maneira ótima e em velocidades de contração funcionais. As possibilidades de avaliação são inúmeras, podendo-se citar: comparação bilateral, comparação agonista /antagonista, índice de resistência, índice de recuperação, reprodução de força. Com estes dados é possível caracterizar o status muscular do indivíduo e se existem desequilíbrios que possam comprometer a função. Além disso é possível o auxílio no diagnóstico de determinadas patologias através da análise gráfica, já que cada padrão de movimento resulta em gráfico típico. Concluindo, existem inúmeras vantagens da resistência isocinética, mas como todo o método, possui limitações, devendo ser utilizada junto às outras técnicas fisioterápicas para se obter melhores resultados.

### **TÉCNICAS DE BANDAGENS FUNCIONAIS NO MANUSEIO DAS LESÕES DO ESPORTE**

Ferreira, P. H.

Departamento de Fisioterapia e Terapia Ocupacional da Universidade Federal de Minas Gerais

O aumento da prática esportiva tem acarretado alta incidência de lesões musculoesqueléticas, sendo a entorse de tornozelo mais frequentemente encontrada, principalmente em indivíduos portadores de instabilidade de tornozelo, devido a déficits proprioceptivos que acarretam controle precário do equilíbrio corporal. A fim de prevenir as entorses, vários suportes, incluindo tornozeleiras e técnicas de bandagens funcionais, tem sido desenvolvidos. O intuito de tais órteses é restringir o "excesso" de movimento articular. Para verificar se esses suportes são capazes de oferecer aferência proprioceptiva e promover melhor controle do equilíbrio, foi realizado um estudo com indivíduos saudáveis, média de idade de 25 anos, sem entorses prévias ou distúrbios de equilíbrio, onde foram empregados dois modelos de tornozeleiras - Donjoy e Aircast - e a técnica de bandagem funcional com aplicação "fechada" com figura 8 e trava de calcanhar. O Chatanooga Balance System foi usado na mensuração do equilíbrio dinâmico, o qual permite o registro da oscilação do centro de pressão sob o pé do voluntário. Os resultados demonstraram a eficácia dos suportes de tornozelo em controlar o equilíbrio dinâmico reduzindo a oscilação corporal particularmente durante o teste de inversão do tornozelo, nas quais as tornozeleiras - Donjoy e Aircast (melhor performance) - se mostraram eficientes. A bandagem funcional não atingiu o nível de significância estatística quando comparada à situação controle. Esses achados tem relevância clínica na prevenção da entorse de tornozelo.