



XX MOSTRA DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA
XII SALÃO DE EXTENSÃO, PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO
3 A 6 DE OUTUBRO DE 2022



CORRIDA SAUDÁVEL: PROGRAMA DE AVALIAÇÃO E ORIENTAÇÃO PARA CORREDORES PROFISSIONAIS E AMADORES DA REGIÃO DO PARANHANA⁶

Área temática: Fisioterapia
Forma de apresentação: Oral
Resultado do trabalho: Parcial

Pedro Henrique Schein Struecker⁷; Rodrigo Rodrigues⁸; Emmanuel Souza da Rocha⁹

RESUMO:

Nos últimos anos a corrida vem ganhando cada vez mais adeptos. A corrida de rua é um dos esportes mais praticado no Brasil. Algumas lesões comuns na corrida apresentam alterações biomecânicas que podem ser identificadas antes da fatalidade, com avaliações simples e baratas. Com o aumento da prática de corrida e o crescimento de grupos de corrida de rua na região do Paranhana, se faz necessário a identificação de possíveis alterações que podem ocasionar lesões, a fim de possibilitar intervenções de promoção, prevenção, orientação e recuperação em saúde à comunidade que busca o esporte como uma forma de vida saudável. Desse forma, o objetivo desse projeto é analisar as características neuromecânicas de membros inferiores em atletas amadores e profissionais de corrida da região do Paranhana. Para isso analisaremos corredores amadores e profissionais da região do Paranhana. Os participantes incluídos no estudo deverão ter idade igual ou superior a de 18 anos, realizar práticas regulares de corrida. Os participantes serão avaliados quanto ao seu perfil por meio de questionários e entrevistas individuais; a presença de dores no corpo; a capacidade de produção de força de membros inferiores; a resistência de músculos da coluna; ao padrão de movimento; à postura do pé; a amplitude de movimento; e a ativação muscular.

Palavras-Chaves: Corrida. Biomecânica. Fisioterapia.

Referências:

- BARBADO, D.; BARBADO, L. C.; ELVIRA, J. L. L. et al. Sports-Related Testing Protocols Are Required to Reveal Trunk Stability Adaptations in High-Level Athletes. *Gait Posture*, v. 49, p. 90-96, 2016.
- BARONI, B. M.; RODRIGUES, R.; FRANKE, R. A. et al. Time Course of Neuromuscular Adaptations to Knee Extensor Eccentric Training. *Int J Sports Med*, v. 34, n. 10, p. 904-11, 2013.
- BENNEL, K. L.; TALBOT, R. C.; WAJSWELNER, H. et al. Intra-Rater and Inter-Rater Reliability of a Weight-Bearing Lunge Measure of Ankle Dorsiflexion. *Aust J Physiother*, v. 44, n. 3, p. 175-180, 1998.

⁶ Pesquisa realizada com apoio da Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado do Rio Grande do Sul – FAPERGS.

⁷ Acadêmico das Faculdades Integradas de Taquara - FACCAT. phstruecker@gmail.com

⁸ Coorientador. Faculdades Integradas de Taquara - FACCAT. rodrigo.esef@gmail.com

⁹ Orientador. Faculdades Integradas de Taquara - FACCAT. emmanuelrocha@faccat.br