



## IV Mostra de Extensão, Ciência e Tecnologia

XXIX Seminário de Iniciação Científica  
XIV Salão de Ensino e Extensão  
IV Mostra da Pós-Graduação Stricto Sensu  
III Seminário de Inovação Tecnológica



## IV Mostra de Extensão, Ciência e Tecnologia

XXIX Seminário de Iniciação Científica  
XIV Salão de Ensino e Extensão  
IV Mostra da Pós-Graduação Stricto Sensu  
III Seminário de Inovação Tecnológica

<b>Título:</b>	<b>AVALIANDO O ENCURTAMENTO DE FLEXORES E EXTENSORES DO QUADRIL COM TESTES CLÍNICOS CINESIOFUNCIONAIS: UM ESTUDO COM CLIENTES DA CLÍNICA DO MOVIMENTO HUMANO-UNISC</b>		
<b>Autores:</b>	<b>Autor 1 Queli Tainara da Rosa Autor 2 Ezequiel Cazarotto Fontoura Autor 3 Marcelo Henrique Glanzel Autor 4 Hildegard Hedwig Pohl Autor 5 Miriam Beatriz Reckziegel</b>		
<b>Área</b>	<input type="checkbox"/> Humanas <input type="checkbox"/> Sociais Aplicadas <input checked="" type="checkbox"/> Biológicas e da Saúde <input type="checkbox"/> Exatas, da Terra e Engenharias	<b>Dimensão:</b>	<input type="checkbox"/> Ensino <input type="checkbox"/> Pesquisa <input checked="" type="checkbox"/> Extensão <input type="checkbox"/> Inovação
<b>Resumo:</b>	<p><b>INTRODUÇÃO:</b> A avaliação funcional abrange dimensões morfológica, funcional-motora, fisiológica e comportamental, definindo o perfil de aptidão física e saúde, o que subsidia a prescrição de exercícios físicos, de acordo com características e objetivos das pessoas, maximizando os benefícios e minimizando os riscos desta prática. Entre os aspectos fundamentais nesta avaliação cabe destacar o uso de testes cinesiofuncionais, que avaliam o encurtamento de flexores e extensores do quadril, que podem estar relacionados com sintomas de dor na região lombar. Assim, estes permitem orientar, através de exercícios resistidos personalizados, a prevenção e reabilitação de lesões. <b>OBJETIVO:</b> Caracterizar o perfil dos praticantes de exercícios físicos, clientes da Clínica do Movimento Humano (CMH) da UNISC, quanto ao encurtamento de flexores e de extensores de quadril avaliados por testes cinesiofuncionais. <b>METODOLOGIA:</b> Participaram deste estudo, transversal, 56 indivíduos avaliados no projeto “Avaliação Funcional e educação em saúde como forma de orientação e acompanhamento da prática de atividades físicas em diferentes espaços formais e comunitários”, em parceria com a CMH, de julho a agosto de 2023. Para a caracterização da amostra foram avaliadas massa e estatura corporal para obtenção do Índice de Massa Corporal</p>		

**Comentado [1]:** A relação de nomes dos autores nos anais do evento e no atestado de participação terá como referência a ordem listada na inscrição.

**Comentado [2]:** Lembre-se de validar com o professor orientador se a área na qual você está inscrevendo o trabalho é a mais adequada.

**Comentado [3]:** Lembre-se de validar com o professor orientador se o trabalho está sendo inscrito na dimensão correta

**Comentado [4]:** Leia atentamente as orientações para escrita e formatação do resumo.



## IV Mostra de Extensão, Ciência e Tecnologia

XXIX Seminário de Iniciação Científica  
XIV Salão de Ensino e Extensão  
IV Mostra da Pós-Graduação Stricto Sensu  
III Seminário de Inovação Tecnológica

(IMC), e os testes clínicos, entre os quais: Teste de Thomas (TT), de Ely (TE), *Straight Leg Raise* (SLR) e Sinal de Trípode (ST), por análise cinesiofuncional, para identificar encurtamento muscular, a partir da descrição de testes positivados. Os dados foram agrupados por sexo e apresentados pela frequência absoluta e relativa. **RESULTADOS:** Dos avaliados, 32 (57,14%) eram do sexo feminino, com idade média de  $46,82 \pm 15,61$  anos, com IMC médio de  $27,71 \pm 5,24$ , índice de sobrepeso, sendo a maior frequência de obesidade nas mulheres (diferença de 30,21%). Os testes cinesiofuncionais indicaram índices elevados de testes positivos no TT ( $n=54$ ; 96,4%, no lado direito [D] e esquerdo [E]) e no ST (78,6% D e 73,2% E), em ambos os sexos, o que denota contratura dos flexores e extensores do quadril ou síndrome do músculo psoas. O TE positivo foi mais presente nas mulheres (31,3%, D e E), indicando presença de encurtamento muscular, e SLR (70,8% D e 66,7%); e ST nos homens (87,5% D e 83,3% E), encurtamento dos músculos isquiotibiais, extensores do quadril, flexores de joelho e sintomas de dor ciática. **CONCLUSÃO:** Os resultados apontam índices elevados de testes positivos para encurtamento de músculos flexores e extensores de quadril, demonstrando comprometimento da função muscular e/ou articular na região pélvica nos avaliados na CMH. Considerando que padrões alterados de movimento dos membros inferiores tem sido descritos como fator de risco para diversas lesões (e.g., dor lombar), o Projeto Avaliação Funcional busca subsidiar as ações de intervenção nas condições de aptidão física e de saúde, estimulando a prática de atividades físicas personalizadas e mais efetivas para um estilo de vida ativo e saudável.

### Link do Vídeo:

<https://drive.google.com/file/d/1u8WbPusEBwplKhq8r7rT3JNP6Mkqn18Q/view?usp=sharing>

**Comentado [5]:** Antes de submeter o trabalho teste se o link está compartilhado corretamente.  
Dica: envie o link para um colega e peça que ele tente visualizar e fazer download.