

FÓRUM CIENTÍFICO DO UNICERP E ENCONTRO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA EDIÇÃO 2021

Avaliação da força muscular do assoalho pélvico entre mulheres praticantes de exercício físico de alto impacto e mulheres sedentárias

Mônica Ferreira de Miranda¹, Juliana Gonçalves Silva de Mattos², Iêda Pereira de Magalhães Martins³

E-mail: mfmiranda1@outlook.com

¹ Acadêmica de Fisioterapia, Centro Universitário do Cerrado Patrocínio, Fisioterapia, Patrocínio, Brasil;

² Mestre em Atenção à Saúde, Centro Universitário do Cerrado Patrocínio, Enfermagem, Patrocínio, Brasil; ³ Mestre em Fisioterapia, Centro Universitário do Cerrado Patrocínio, Fisioterapia, Brasil.

Introdução: Os músculos do assoalho pélvico tem como função, a sustentação dos órgãos pélvicos, fechamento da pelve, suporte das vísceras em posição vertical, manutenção da continência urinária, fecal e também tem um importante papel na função sexual, gravidez e parto. A redução da força dessa musculatura pode prejudicar a sua função esfinteriana e de suporte e causar a incontinência urinária, laceração do períneo no parto, dispareunia e disfunção sexual. **Objetivos:** Comparar a força de contração da musculatura do assoalho pélvico entre as mulheres sedentárias e as praticantes de exercício de alto impacto. **Metodologia:** Trata-se de um estudo observacional, de corte transversal, quantitativo e comparativo, realizado em uma cidade do interior de Minas Gerais, entre junho e setembro de 2021. A amostra foi composta por 30 mulheres com idade de 18 a 30 anos, dividida em dois grupos: Grupo 1, composto pelas mulheres praticantes de exercícios de alto impacto e Grupo 2, composto pelas mulheres sedentárias. Foi aplicado um questionário semiestruturado para a coleta dos dados sociodemográficos. Para avaliação da força, foi utilizado o Perineômetro da marca Perina. **Resultados:** As participantes do Grupo 1 tem uma média de idade de 23,7 anos, solteiras, a maioria branca, cursando ensino superior e IMC de 22,2 de média. No Grupo 2, a média de idade foi de 22,2 anos, a maioria solteira, branca, cursando ensino superior e IMC com média de 22,5. Em relação ao grau de força muscular do assoalho pélvico avaliado através do perineômetro, o G1 apresentou média de 45,33 mmHg enquanto o G2 teve 34,13 mmHg de média. **Conclusão:** O grupo das praticantes de exercícios de alto impacto apresentou um maior grau de força da musculatura do assoalho pélvico em relação ao grupo das participantes sedentárias.

Palavras-chave: Força do Assoalho Pélvico. Atividade Física. Sedentarismo.

Financiamento: Sem financiamento.