



UNIVERSIDADE FRANCISCANA

CURSO DE FISIOTERAPIA

ROBERTA CASTANHO RODRIGUES

Avaliação do assoalho pélvico de bailarinas amadoras

Orientadora: Prof^ª Dra. Leticia Fernandez Frigo

SANTA MARIA, RS

2021

ROBERTA CASTANHO RODRIGUES

Avaliação do assoalho pélvico de bailarinas amadoras

Trabalho Final de Graduação (TFG)
apresentado ao curso de Fisioterapia, Área de
Ciências da Saúde, da Universidade
Franciscana, como requisito parcial para
aprovação na disciplina TFG II.

Orientadora: Prof^a Dra. Letícia Fernandez Frigo

SANTA MARIA, RS

2021

AVALIAÇÃO DE FORÇA DO ASSOALHO PÉLVICO DE BAILARINAS AMADORAS

EVALUATION OF THE PELVIC FLOOR OF AMATEUR BALLERINAS

Roberta Castanho Rodrigues, Letícia Fernandez Frigo

RESUMO

O *ballet* é uma atividade que requer alto desempenho e um alto nível técnico, portanto, o assoalho pélvico (AP) é solicitado constantemente durante atividades repetitivas de saltos e que envolvam o aumento da pressão intra-abdominal. Neste contexto, essa musculatura é negligenciada por profissionais e alunos de dança. Por conseguinte, esta pesquisa tem como objetivo avaliar a influência dos exercícios de alto impacto do ballet clássico na força do assoalho pélvico. Trata-se de um estudo transversal, descritivo, observacional, de campo e quantitativo, que avaliou a força de mulheres praticantes de *ballet* clássico através da eletromiografia. Também foram utilizados um questionário elaborado pelas autoras e a Escala Modificada de Oxford. O estudo observou que bailarinas em idade reprodutiva tendem a disfunções no assoalho pélvico em função da atividade de alta performance que a modalidade exige, assim como nas demais modalidades de alto impacto.

Palavras-chave: eletromiografia, dança, diafragma pélvico.

ABSTRACT

Ballet is an activity that requires high performance and a high technical level, therefore, the Pelvic floor (PF) is constantly requested during repetitive jumping activities that involve increased intra-abdominal pressure. In this context, this musculature is neglected by professionals and dance students. Therefore, this research aims to evaluate the influence of high-impact classical ballet exercises on pelvic floor strength. This is a cross-sectional, descriptive, observational, field and quantitative study, which evaluated the strength of women practitioners of classical ballet through electromyography. A questionnaire developed by the authors and a Modified Oxford Scale were also used. The study observed that female dancers of reproductive age tend to have pelvic floor dysfunctions due to the high-performance activity that the sport requires, as well as in other high-impact modalities.

Keywords: *electromyography, dance, pelvic floor.*