

TESTE DE LUNGE NÃO PRECISA SER NORMALIZADO

XXV Encontro de Extensão

Laisa Braga Maia, Pedro Olavo de Paula Lima

Introdução: O Weight Bearing Lunge Test (WBLT) é um teste que avalia a dorsiflexão em cadeia cinética fechada (CCF). A variação mais comum do WBLT, com fita métrica, não apresenta valores de normalidade padronizados por dados antropométricos (1) variando de 09 a 13 cm (2,3,4), dessa forma, o objetivo desse trabalho é verificar se existe a necessidade de normalização das medidas do WBLT. **Métodos:** Foi realizado um estudo transversal com trinta e cinco jovens adultos de ambos os sexos com e sem histórico de lesão por entorse de tornozelo. As avaliações foram realizadas na quadra do Centro de Esportes Universitário da Universidade Federal do Ceará no período de agosto e setembro de 2015. **WBLT:** os indivíduos apoiavam o hálux do membro avaliado em cima da fita métrica para realizar o movimento, logo após a distância em centímetros do hálux à parede foi mensurada. **Flexibilidade:** foi utilizado o teste de sentar e alcançar com o banco de Wells. **Comprimento dos membros inferiores (CMI)** foram realizadas três medições: púbis/maléolo medial; espinha íliaca ântero superior/maléolo medial e trocânter maior/maléolo lateral. A análise estatística foi realizada com o software SPSS v.20.0 com coeficiente de correlação de Pearson. **Resultados:** A média de idade foi de $21,17 \pm 2,30$ anos; altura $1,71 \pm 0,12$ m; peso $70,57 \pm 15,98$ kg; e 54,3% (n=19) eram do sexo masculino; 31,4% (n=11) apresentaram lesão por entorse de tornozelo. O WBLT não apresentou correlação com nenhuma das variáveis avaliadas tanto em membro dominante quanto em membro não dominante ($p > 0,05$) **Conclusão:** O WBLT independe de variáveis normativas para sua execução.

Palavras-chave: Weight Bearing Lunge Test. Normalização. Tornozelo.