

## ANÁLISE DO RITMO ESCÁPULO-UMERAL E ADM DE ROTAÇÃO DO OMBRO EM ATLETAS DE VOLEIBOL FEMININO

---

**INSTITUIÇÃO:** MINAS TÊNIS CLUBE - NUCLEO DE INTEGRAÇÃO DAS CIÊNCIAS DO ESPORTE – NICE

**AUTORES:** [BITTENCOURT, NATALIA FN], [PEREIRA, RICARDO DC], [REIS, DEBORA DC], [BOLLING, CAROLINE S]

---

**Objetivo:** Avaliar alterações no ritmo escápulo-umeral (REU) e a amplitude de movimento (ADM) de rotação do ombro em atletas de voleibol feminino. **Materiais e métodos:** Foram avaliadas 74 atletas de voleibol feminino das categorias de base do Minas Tênis Clube, com média de idade de 15,25 ( $\pm 2,08$ ) anos. O REU foi avaliado durante o movimento de abdução completa dos ombros por uma fisioterapeuta experiente e foi considerado alterado através da observação qualitativa de ativação precoce do trapézio superior e instabilidade escapular (alamento e fibrilação da escápula). A ADM de rotação interna e externa do ombro foi avaliada com o flexímetro (Sanders®) posicionado no punho da atleta sendo que esta estava na posição de decúbito dorsal com o ombro a 90° de abdução e 90° de flexão de cotovelo. **Resultados:** A média da ADM de rotação interna do ombro direito (D) foi de 58,05°  $\pm 15,92$  e do ombro esquerdo (E) foi de 67,81°  $\pm 13,96$ . O ombro D é o membro dominante em 100% das atletas desta amostra. A média da ADM de rotação externa D foi de 97,20°  $\pm 13,29$  e do ombro E foi de 90,15°  $\pm 10,47$ . A assimetria de ADM de rotação interna entre os lados D e E foi de 21% para todo o grupo e de rotação externa foi de 10%. Os valores em percentual das assimetrias de rotação interna não foram diferentes entre as categorias. Foram encontradas alterações no REU em 47,37% do grupo. **Conclusão:** As atletas do voleibol feminino apresentam limitação de 21% da ADM de rotação interna do ombro direito comparado com o ombro esquerdo. Estes dados estão de acordo com estudos científicos que avaliaram atletas que realizam movimentos da mão acima da cabeça, como tênis, voleibol e beisebol. Nestes estudos a limitação de rotação interna de ombro no lado dominante acima de 10% é um fator de risco para tendinopatias de supra-espinhoso e síndrome do impacto. Além disso, aproximadamente 50% do grupo apresenta instabilidade escapular, característica que também é um fator associado com lesão no ombro. Dessa forma, esses dados permitiram a caracterização das alterações nas atletas de voleibol e possibilitaram o planejamento e execução de trabalhos preventivos, como alongamentos dos músculos rotadores externos na rotina de treinamento e exercícios para estabilização escapular com o objetivo de reduzir as lesões do complexo tendíneo-muscular da articulação gleno-umeral.