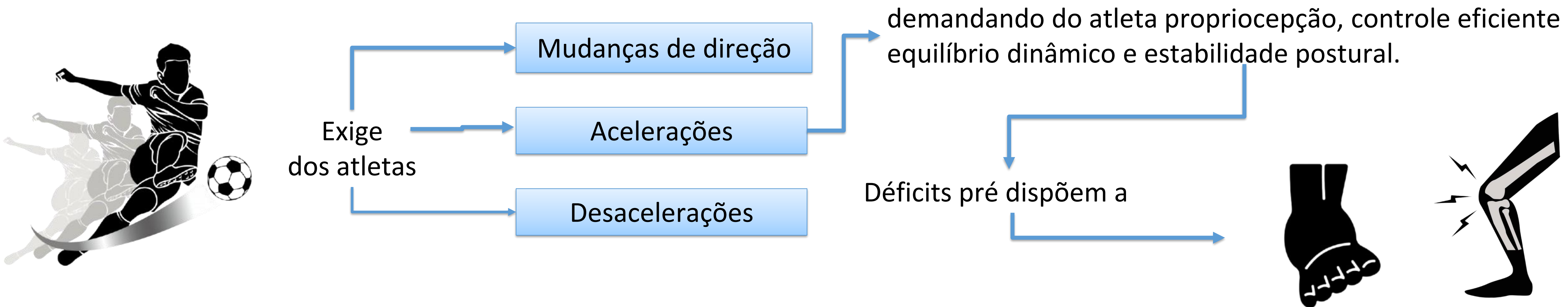


AVALIAÇÃO DE EQUILÍBRIO, ESTABILIDADE E O CONTROLE NEUROMUSCULAR DE FORMA DINÂMICA EM ATLETAS DE FUTSAL POR MEIO DO Y BALANCE TEST

July Gabriele da Silva Gonçalves¹
Simone Schmmeler Machado²
Amanda de Moraes Brasil³
(amanda.brasil@ulbra.br/ ULBRA-SM)

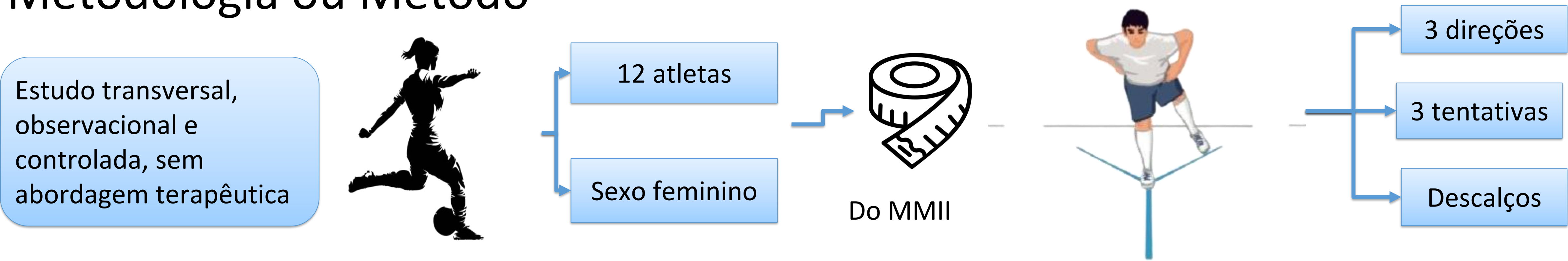
Introdução



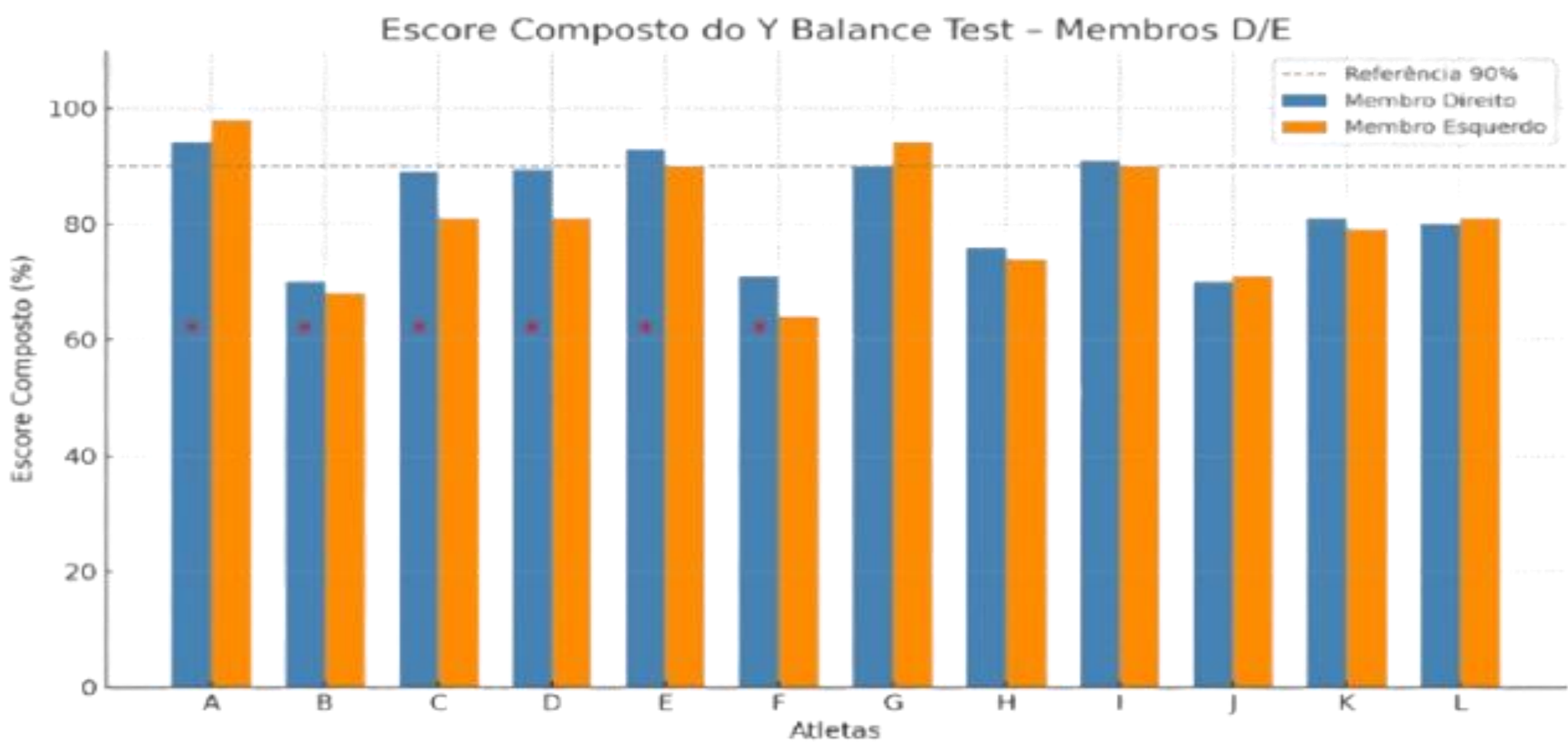
Objetivo

Analisar o equilíbrio dinâmico e a estabilidade postural de atletas amadoras de futsal feminino buscando identificar possíveis assimetrias e padrões de desempenho através do *Y Balance Test* (YBT).

Metodologia ou Método



Resultados



Conclusão

O estudo identificou assimetrias relevantes entre os membros inferiores das atletas especialmente nas direções pósterio-lateral e pósterio-medial, indicando possível déficit no controle neuromuscular e maior pré disposição para lesões. Esses achados reforçam a importância da avaliação funcional periódica e a inclusão de treino proprioceptivo nos programas de preparação física de atletas de futsal feminino

Referências

FONG, S. S.; LEE, J. W.; FU, S. N. A review of dynamic balance and its relationship with injury in athletes. *Journal of Sports Science and Medicine*, 16(2), 173-181, 2017.
HRYSONALLIS, C. Relationship between balance and athletic performance. *Sports Medicine*, 37(6), 547-568, 2007.
PAILLARD, T.; NOÉ, F. Effect of muscular fatigue on postural control in sport. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 9(3), 195-201, 2006.