

INFLUÊNCIA DE UMA MARATONA SOBRE A SENSIBILIDADE CUTÂNEA NA SUPERFÍCIE PLANTAR E O ÍNDICE DO ARCO PLANTAR (APOIO UNIP)

Aluna: Aline Abreu Scolfaro Crema

Orientador: Prof. Roberto Bianco

Curso: Educação Física

Campus: Chácara Santo Antônio II

O aumento no número de adeptos à corrida de rua, assim como no volume praticado por tais indivíduos, eleva o risco de lesões, uma vez que a fadiga nos músculos do pé pode alterar o funcionamento dos músculos flexores plantares e pode diminuir mecanismos de proteção. O objetivo deste estudo foi analisar a sensibilidade cutânea na superfície plantar e o índice de arco plantar de 20 indivíduos de ambos os sexos e comparar os dados obtidos antes e após a realização de uma maratona, pois os efeitos da corrida sobre o pé do corredor têm especial importância para o controle da incidência de lesões. A sensibilidade cutânea na superfície plantar foi aferida no pé direito de todos os indivíduos, por meio do uso de monofilamentos de Semmens-Weinstein, calibrados para exercer pressões específicas entre 0,05 e 300g, nas seguintes regiões da planta do pé: hallux, primeiro metatarso, quinto metatarso, médio-pé e calcanhar. O índice de arco plantar foi obtido com o uso de um pedígrafo, em ambos os pés, pela impressão da planta dos pés, com os indivíduos em pé e em apoio unipodal. As coletas foram feitas antes do aquecimento da prova e logo após a realização da mesma. Os dados obtidos, embora o espaço amostral ainda não tenha sido suficiente, indicam diferenças marginais ou inexistentes na maioria dos casos. Tal resultado sugere que não haja alteração significativa na sensibilidade plantar após a realização de uma maratona.