



XXXV SALÃO de INICIAÇÃO CIENTÍFICA

6 a 10 de novembro

Evento	Salão UFRGS 2023: SIC - XXXV SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UFRGS
Ano	2023
Local	Campus Centro - UFRGS
Título	Análise postural e eletromiográfica sobre o efeito agudo do EzzeBike em ciclistas recreacionais
Autor	GABRIELLA LAPRESA RIBAS
Orientador	JEFFERSON FAGUNDES LOSS

O "EzzeBike" é um acessório inovador instalado no guidão da bicicleta, projetado para permitir aos ciclistas recreativos que variem sua postura durante a pedalada. Este extensor de guidão permite que o ciclista pedale com a coluna mais ereta, alternando-se com a tradicional postura inclinada para a frente. Por ser um acessório novo, não foram encontrados estudos na literatura que analisem de forma objetiva os efeitos do EzzeBike na postura e na atividade muscular do ciclista. O objetivo desta pesquisa é avaliar as mudanças agudas na postura e na atividade elétrica dos músculos em ciclistas recreacionais ao utilizar o acessório. A amostra consistiu em 11 indivíduos saudáveis de ambos os sexos, com idades entre 20 e 30 anos, praticantes de ciclismo recreativo, selecionados de forma consecutiva e não probabilística. O protocolo de análise envolveu 17 minutos de pedalada em um rolo. Após um aquecimento de 15 minutos e familiarização com o EzzeBike, foram coletados dados através de cinemetria (utilizando nove câmeras infravermelho) e eletromiografia de superfície (avaliando 12 músculos) durante um período de dois minutos: um minuto na postura tradicional e outro utilizando o EzzeBike, pedalando com a própria bicicleta com uma carga auto selecionada. De um modo geral constatou-se uma baixa ativação muscular durante a atividade de pedalada podendo ser atribuída à baixa intensidade da atividade realizada. Entre os músculos analisados, o esplênio foi o único que apresentou diferença significativa entre as situações. Além disso, a utilização do acessório EzzeBike resultou em uma maior proximidade da cervical à posição ortostática e uma menor inclinação anterior do tronco em comparação com a pedalada na posição tradicional. Esses resultados indicam que o EzzeBike tem impactos específicos na ativação muscular e na postura dos ciclistas recreativos.