



## Teste de força de preensão manual: análise metodológica e dados normativos em atletas

**Alex de Andrade Fernandes<sup>[a]</sup>, João Carlos Bouzas Marins<sup>[b]</sup>**

### a) Posição para realização do teste

A posição aprovada pela American Society of Hand Therapists (ASHT) é utilizada em diferentes estudos (12, 18, 22), sendo considerada o “padrão ouro” para realização do teste. A posição para a avaliação da força de preensão manual que a ASHT recomenda é que o avaliado deva estar confortavelmente sentado, posicionado com o ombro levemente aduzido, o cotovelo fletido a 90°, o antebraço em posição neutra e, por fim, a posição do punho pode variar de 0° a 30° de extensão. No estudo de Shyam Kumar et al. (23), em que o objetivo era avaliar a força de preensão manual em diferentes posições do cotovelo (flexão 90° e estendido), indicou que não há diferença significativa entre as duas posições. Concluindo que em esportes de raquete a posição ideal para avaliação seria com o cotovelo estendido.

Apesar desse resultado, é fundamental não utilizar variações na posição do teste, uma vez que sua alteração pode influenciar significativamente os resultados obtidos (24). Portanto, deve ser realizado um esforço para manter coerência e padronização nos procedimentos do teste, a fim de obtermos uniformidade nos resultados obtidos. Dessa forma, a recomendação da posição para realização do teste de preensão manual deve ser preconizada pela ASHT.