

## **DESCONFORTO MUSCULOARTICULARES EM USUÁRIOS DE BICICLETA DO BIKE-PE.**

**Introdução:** a bicicleta está sendo cada vez mais utilizada para a manutenção da saúde e como alternativa de transporte, diminuindo a agressão ao meio ambiente. A maioria das capitais brasileiras disponibilizam um sistema com a possibilidade de alugar bicicletas, favorecendo o aumento do seu uso. Entretanto, na prática do ciclismo são necessários ajustes para acomodar o equipamento ao tipo morfológico do usuário, a fim de evitar o surgimento de lesões a médio e longo prazos. As bicicletas de aluguel, porém, são padronizadas e permitem poucos ajustes a ergonomia do usuário. **Objetivo:** identificar, dentre os usuários do sistema de bicicletas de aluguel, no campus Recife, o perfil desse usuário e se havia a existência de queixas musculoesqueléticas ou outros sinais que poderiam indicar ajuste inadequado do equipamento. **Procedimentos metodológicos:** foi aplicado um questionário de avaliação (25 questões múltipla escolha) aos usuários do programa BIKE-PE, sempre no momento anterior à locação das bicicletas, nas três estações de aluguel do campus Recife da Universidade Federal de Pernambuco (UFPE), no período de Novembro de 2015 a Setembro de 2016. Para participar do projeto foram incluídos apenas sujeitos que não apresentaram patologias musculoesqueléticas previamente instaladas. Foram avaliados os seguintes aspectos: sexo, faixa etária, peso corpóreo, altura, escolaridade, existência de vínculo com a UFPE, frequência de utilização do sistema de aluguel de bicicleta, tipo de uso e queixas articulares e/ou musculares. **Principais resultados:** até o momento, 104 questionários foram respondidos (67 homens e 37 mulheres); a maioria na faixa etária de 18 à 30 anos (93,2%), peso corpóreo entre 50 a 80kg (66%) e na sua maioria os indivíduos apresentaram altura entre 1,60 a 1,79m (71%). O grau de escolaridade na maioria dos avaliados foi nível superior (93%) e todos possuíam vínculo com a UFPE. A frequência de utilização do sistema foi de 1-4 vezes na semana para trabalho estudo, compras, lazer e esporte, com distância média/dia percorrida de 2,3 km. Do total de entrevistados, 15 indivíduos (14%) responderam sentir desconforto no uso diário da bicicleta do projeto BIKE-PE (09 homens e 06 mulheres). Dos que se queixaram de desconforto, 86,7% compreendido na faixa etária entre 18 à 30 anos. Os principais sítios de dores foram na região glútea (42,85%), no joelho (28,57%) e no quadríceps (21,42%). Com relação ao uso da bicicleta, 46,7% utiliza apenas 1 vez por semana, 13,3% durante 2 vezes por semana, outros 13,3% tem frequência de uso de 3 vezes por semana, 6,7% tem frequência de uso de 4 vezes por semana, 13,3% tem frequência de uso de 5 vezes por semana, 6,7% tem frequência de uso de 6 vezes por semana. Nenhum dos entrevistados que relataram desconforto respondeu que usava com frequência de 7 vezes na semana. **Considerações finais:** os resultados parciais sugerem um perfil de indivíduos na sua maioria do sexo masculino, jovens, de nível superior e vinculados à instituição e que utilizam a bicicleta de aluguel na sua maioria para os pequenos deslocamentos no campus. E as queixas, quando presentes, se concentram nos membros inferiores. A maior frequência de utilização poderia estar relacionada aos desconfortos, entretanto, a maioria dos entrevistados faziam uso apenas 1 vez por semana, o que nos leva a sugerir

que mesmo com pouco uso, a falta de possibilidade de ajustes possa trazer algum prejuízo ao usuário.

**Palavras chave:** bicicleta; educação; saúde