



بررسی نیمرخ ساختاری در ورزشکاران کم توان ذهنی

محمد مهدی قیامی^۱، اکرم کیخای حسین پور^۲

۱- کارشناس ارشد آسیب شناسی و حرکات اصلاحی، دانشگاه گیلان

۲- کارشناس ارشد آسیب شناسی و حرکات اصلاحی، دانشگاه اصفهان

چکیده

هدف: هدف از تحقیق حاضر بررسی ۱۶ ناهنجاری عضلانی اسکلتی (سر به جلو، فرورفتگی قفسه سینه، کتف بالدار، کیفوز، انحراف تنه، افتادگی شکم، لوردوز، کج گردنی، شانه‌های نامتقارن، اسکولیوز، لگن نامتقارن، کف پای صاف و گود، زانوی ضربدری، پراتنزی و عقب‌رفته) در ورزشکاران پسر کم توان ذهنی می‌باشد. مواد و روش‌ها: در این مطالعه که از نوع توصیفی-پیمایشی می‌باشد، مجموعاً ۶۸ ورزشکار پسر کم توان ذهنی با میانگین سنی ۱۶/۱۶ سال به صورت در دسترس که در مسابقات کم توانان ذهنی استان خراسان شرکت کرده بودند انتخاب شدند. پس از سنجش آن‌ها با استفاده از دستگاه‌های سنجش وضعیت بدنی (شترنجی متحرک و پودیسکوپ و شاقول) و ثبت نتایج آن، ورزشکارانی که از طریق تست نیویورک دچار یکی از چند ناهنجاری اسکلتی عضلانی (به صورت متوسط یا شدید) تشخیص داده شده بودند، مورد بررسی قرار گرفتند. یافته‌ها: ۸۳/۵۳ درصد از ورزشکاران کم توان ذهنی دارای انواع ناهنجاری‌ها بودند که از این میزان تعداد ۱۰/۰۶ درصد از ناهنجاری‌ها در اندام تحتانی و تعداد ۸۹/۹۳ درصد از ناهنجاری‌ها در ستون فقرات مشاهده شد. بیشترین ناهنجاری‌ها به ترتیب فرورفتگی قفسه سینه (۶۴/۷۰ درصد) و کتف بالدار (۶۳/۲۳ درصد) بودند و کمترین ناهنجاری‌ها به ترتیب کف پای گود (۲/۹۴ درصد) و لگن نامتقارن (۵/۸۸ درصد) بودند. نتیجه‌گیری: نتایج تحقیق نشان می‌دهد ورزشکاران کم توان ذهنی در اطراف ستون فقرات و به خصوص ناحیه سینه‌ای دچار ایمبالانس عضلانی‌اند و ضروری است بر اساس الگوهای تمرینی، مدت و شدت تمرینات و نیازهای اختصاصی این ورزشکاران برنامه ویژه اصلاح-درمانی در طول دوران ورزشی آن‌ها طراحی و به اجرا درآید.

واژه‌های کلیدی: کم توانان ذهنی، ناهنجاری‌های عضلانی اسکلتی