

PRUEBAS MUSCULARES

PRUEBA MUSCULAR MANUAL

Sistema de valoración

- Es posible categorizar la fuerza muscular empleando
- Es simple. Rápido y conveniente.
- Sin embargo no es una relación lineal, es bastante subjetivo y puede producir resultados

MEDICIONES CON INSTRUMENTO

Se han diseñado algunos dispositivos para realizar una medición más objetiva de la fuerza muscular

- Se pueden emplear varios tipos de dinamómetros para medir la fuerza de ciertos grupos musculares. respiratoria, edema, confusión y depresión.
- La fuerza absoluta se puede leer como un valor numérico

PRUEBAS DE RESISTENCIA MUSCULAR

La resistencia muscular consiste en la capacidad de persistencia

- Esta se define y se le mide como la repetición de contracciones submaxima
- La resistencia muscular es esencial para desempeñar las actividades de la vida cotidiana.