

RELAÇÃO DA ÁREA MUSCULAR E DESEMPENHO EM VELOCIDADE CURTA NO FUTEBOL.

Autor: Adilson José Meneghel

Orientador: Miguel de Arruda

Unicamp – 2007

Introdução

O futebol é o esporte mais praticado no mundo, buscando a cada dia mais ciência nos treinamentos científicos para obtenção de um melhor desempenho. A evolução do futebol como ciência, tem contribuído para um aumento na dinâmica do jogo, bem como na compreensão de sua complexidade no campo fisiológico e biomecânico. É uma das qualidades físicas do futebol que mais chama atenção é a velocidade e força, por ser definido como um jogo de oposição e cooperação, e práticas esportivas como futebol alterna momentos de alta intensidade (esforços máximos ou muito próximos do máximo) com períodos de média e baixa intensidade (sub-máximos). Esse tipo de esforço é conhecido como intermitente típico de atividades acíclicas (MORENO 2003).

Objetivos

O objetivo deste trabalho é de relacionar a área muscular de coxa com a velocidade de deslocamento de 5 e 20 metros em atletas de futebol.

Metodologia

Foram analisados 20 atletas de uma equipe do interior de São Paulo, com idade média de $18,75 \pm 1,55$ anos. Os mesmos foram subdivididos da seguinte forma: Defensores (zagueiros (Z), laterais (L) (n= 8)); meio-campistas (volantes (V), (n=5)); atacantes (meias (M), atacantes (A), (n=7)).

Instrumentos de Coleta dos Dados

Todos os sujeitos foram submetidos à avaliação de peso (P), estatura (E). Porém, o estudo foi norteado pela aplicação de testes de velocidade de 5-20m para avaliação da velocidade de aceleração e velocidade máxima, antropometria para avaliação do percentual de gordura (%G), área muscular de coxa (AMcx) e índice de massa corporal (IMC).

RESULTADO E DISCUSSÃO

Nos resultados, os defensores apresentaram resultados de IMC $22,76 \pm 1,14$ e %G $12,09 \pm 1,70$ menores aos meio campistas e atacantes. O %G citado no estudo de Nunes (2004) $11,55 \pm 1,79$ (n = 40), comparados à literatura específica, não encontrou significativas divergências em relação ao %G a esta pesquisa $13,13 \pm 3,13$ (n = 20). Em relação à velocidade de deslocamento, foram encontrados por Nunes (2004), valores de teste de 20m ($2,925 \pm 0,064$) de jogadores profissionais, pertencentes a sua pesquisa, e os valores médios encontrados neste respectivo estudo foram ($2,911 \pm 0,082$). Desconsiderando o número de indivíduos dos dois estudos, tudo indica que com os resultados apresentados não houve significativa discrepância entre os testes.

Conclusão

De acordo com o presente estudo, pode-se concluir que: Desprezando qualquer outra capacidade física, que possa intervir na aplicação da velocidade de deslocamento, a AMcx não tem nenhuma correlação estatisticamente comprovada na velocidade de deslocamento de 05m e 20m. Baseando-se nos resultados dos testes desta pesquisa, podemos afirmar que uma maior AMcx pode ter uma ligação na velocidade de aceleração, e ao mesmo tempo não se aplica à velocidade máxima. Contudo sugere-se que outros estudos incluindo AMcx com qualquer tipo de intervenção possa contribuir para melhor entender a relação entre a AMcx com a velocidade de deslocamento.