

RELAÇÕES ENTRE ÍNDICE DE MASSA GORDA, MAGRA E ÓSSEA COM MATURAÇÃO BIOLÓGICA EM JOVENS FUTEBOLISTAS

Bianca Duarte Trentin, Dalmo Roberto Lopes Machado, Hugo Tourinho Filho, Enrico Fuini Puggina.

Escola de Educação Física e Esporte de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo - EEFERP-USP. Ribeirão Preto, SP, Brasil. Grupo de Estudo e Pesquisa em Antropometria, Treinamento e Esporte – GEPEATE.

E-mail: bianca.trentin@usp.br

Introdução: Durante os processos de crescimento e maturação, mudanças nos tecidos que compõe o sistema locomotor acontecem devido a alterações metabólicas e hormonais decorrentes da idade. Porém, essas relações ainda não foram muito estudadas em populações específicas ou que necessitam de cuidados e programas de treinamento específicos, como é o caso de indivíduos que praticam esportes, nesse caso, o futebol. **Objetivo:** Identificar as possíveis relações entre o Pico de Velocidade do Crescimento (PVC) com a massa magra, a massa gorda e a massa óssea de jovens futebolistas submetidos a um programa sistemático de treinamento específico para a modalidade. **Método:** Um grupo de jovens futebolistas (n=37) com idade média de $14,34 \pm 0,70$ anos, massa corporal de $60,24 \pm 10,99$ Kg e $1,69 \pm 8,22$ cm de estatura foram selecionados para fazer parte do estudo. A idade para o PVC foi estimada a partir do modelo proposto por Mirwald (2002) e a massa dos tecidos ósseo, magro e gordo pela equação de Machado (2009).

Resultados/Discussão: Os resultados encontrados estão dispostos na tabela 1.

	PVC	p
Massa Gorda	0,53	0,001
Massa Magra	0,76	0,0001
Massa Óssea	0,78	0,0001

Os resultados demonstraram que o PVC é um bom preditor para as variáveis massa magra e massa óssea, porém, a correlação entre PVC e massa gorda foi apenas moderada, ilustrando o fato de que para essa variável, outras demandas como a alimentação e a carga genética podem ser fatores que auxiliam na explicação do percentil de gordura de jovens futebolistas. **Conclusão:** Ainda que exista uma correlação moderada entre MG e PVC esta é menor quando comparada à existente entre MM e PVC e também MO e PVC, portanto, o PVC parece influenciar em grande parte no aumento de massa óssea e magra dos jovens futebolistas, porém o aumento de massa gorda pode ser explicados por outros fatores. Acredita-se, que em combinação com resultados de rendimento físico e técnico, as variáveis contempladas nesse estudo podem ser uma ferramenta extremamente útil para a avaliação e prescrição de treinamento de jovens futebolistas, auxiliando no desenvolvimento de tecnologia de treino e explicando o processo de crescimento e maturação desses indivíduos.

Palavras chaves: Massa magra, massa óssea, massa gorda, pico de velocidade do crescimento.