

ATLETAS DE NATAÇÃO PARALÍMPICA DA CLASSE S5 DE UMA EQUIPE DE CAXIAS DO SUL: AVALIAÇÃO FÍSICA

¹LIMA, D.B., ¹GOULART, R.R., ²KRAEMER, E.C., ²BUSIN, D., ²POTTER, ²ROSA, F.O., ²MARIN, D., ¹M.,LINK, A., ¹GAVAZZONI, M.G., ¹CALDART, P.F., ¹FLORIANO, L., ¹AMPERESE, N., ¹FARIAS, P.H.A., ¹ROSSO, J.

¹Liga Acadêmica de Educação Física Especial, Curso de Educação Física, Universidade de Caxias do Sul, RS – Brasil; ² – Instituto de Medicina do Esporte, Universidade de Caxias do Sul, Caxias do Sul, RS – Brasil

Introdução: atualmente, o esporte vive uma grande mudança em relação ao paradesporto, pois, deficientes do mundo todo buscam o esporte como alternativa inclusiva e acabam conhecendo o alto rendimento. Este é uma das linhas de atuação da Liga Acadêmica de Educação Física do curso de Educação Física da Universidade de Caxias do Sul em parceria com o Instituto de Medicina do Esporte. Objetivo: traçar o perfil de dois atletas de natação paralímpica da classe S5, através de avaliações e testes, para servir de base para prescrição dos treinamentos da modalidade. Metodologia: após realizar anamnese, ambos os atletas realizaram testes com protocolos padrões adaptados para a avaliação das variáveis: composição corporal, força de 1RM, força isocinética e ainda. Resultados: atleta A: idade de 28 anos, apresenta paraparesia, lesão medular C6 e C7 e é cadeirante. Composição corporal: peso: 66,5kg, altura: 1,77m e percentual de gordura: 7,39%, biotipo: ectomorfo. Em relação ao desequilíbrio muscular: apresenta desequilíbrio, tendo 77% a mais de força na musculatura lombar do que na abdominal. Teste de força máxima: atingiu cerca de 90% da carga máxima nos testes de 1RM na musculação. Atleta B: idade de 26 anos, apresenta paraparesia, lesão medular T12 e é cadeirante. Composição corporal: peso: 88kg, altura: 1,87m e percentual de gordura: 23,94%. Biotipo: endomorfo. Em relação ao desequilíbrio muscular: apresenta 76% mais força na musculatura lombar do que na abdominal. Teste de força máxima: atingiu 100% de força nos testes de 1RM na musculação. Ambos os atletas treinam 4 vezes por semana: 4 treinos em piscina e 2 de musculação, com duração de 60 a 90 minutos cada. Conclusões: esse estudo serviu como referência para prescrição do treinamento físico dos atletas, com o intuito de evolução dos treinos. Por serem paratletas ainda não existem protocolos específicos para avaliá-los.

Palavras-chaves: paradesporto , avaliação física , Lesão Medular