

Comportamento da velocidade de deslocamento cíclico em futebolistas

Autor: Cláudio Roberto Creatto³; Tiago Volpi Braz¹; Ricardo Stochi Oliveira²; Heleno da Silva Luiz Júnior^{1,2}; Leandro Mateus Pagoto Spigolon¹; João Paulo Borin¹.

Instituição: ¹ Mestrado em Educação Física – Laboratório de Avaliação Física e Monitoramento do Treinamento Desportivo LAFIMT/ UNIMEP- Piracicaba/SP.

² Esporte Clube Primavera – Indaiatuba – São Paulo.

³ Rio Branco Esporte Clube – Americana – São Paulo.

Entende-se por velocidade uma gama variada, incomum e complexa de capacidades, as quais no futebol se apresentam em vários tipos de ações e de diferentes maneiras. Uma de suas manifestações para futebolistas é a velocidade de deslocamento cíclico (VDC), da qual, sofre intimamente, influência da capacidade de aceleração inicial e da sustentabilidade da velocidade alcançada em distâncias maiores. Nesta modalidade, comumente a VDC é caracterizada por deslocamentos de até 30m, haja visto que os acima desta distância são minimamente realizados. Seguindo tal contexto, o presente estudo tem como objetivo identificar o comportamento da VDC em futebolistas profissionais considerando o deslocamento em 30m. Participaram 19 futebolistas profissionais (23,3±1,5 anos; 76,4±5,5Kg; 1,80±0,06m; 7,8±1,6% de gordura corporal). Mensurou-se a VDC nas distâncias 10m, 20m e 30m por meio do sistema de fotocélulas *Speed Test 6.0 CEFISE®*. A partir disto, registrou-se o tempo dos 0-10m, 10-20m e 20-30m que, posteriormente, foram transformados em medidas de velocidade em Km/h. Armazenaram-se os dados foram no *software* BioEstat 5.0 e a seguir produziram-se informações no plano descritivo (média, desvio padrão, mínimo e máximo) e no inferencial, anova *one-way* para análise de variância entre as velocidades das distâncias consideradas, seguido pelo post hoc de Tukey para comparações múltiplas quando necessário, adotando-se nível de significância de 1%. Os resultados descritivos são: VDC 0-10m=20,7 ± 1,0km/h, mín. 18,8km/h e máx. 22,1km/h; VDC 10-20m=29,3 ± 1,9km/h, mín. 26,3km/h e máx. 34km/h; VDC 20-30m=30,6 ± 1,8km/h, mín. 27,7km/h e máx. 36km/h. Notou-se diferenças significativas ($p<0,01, F=212,77$) entre a VDC 0-10m quando comparado a VDC 10-20m e 20-30m. Cabe destacar que seis futebolistas apresentaram decréscimo na VDC 20-30m em relação a VDC 10-20m. Estes indicadores podem ser utilizados para direcionar o treinamento da velocidade cíclica para futebolistas. Especificamente, a VDC 0-10m representa a capacidade de aceleração destes desportistas e deve ser amplamente considerada, já que o predomínio dos deslocamentos da modalidade ocorre nesta distância, fato evidenciado em maior escala para determinadas posições de jogo. Ao mesmo tempo, o decréscimo de velocidade notada em alguns futebolistas na VDC 20-30m por comparação a VDC 10-20m pode indicar meios de treinamento que enfatizem a velocidade máxima para estes, no entanto, parece razoável supor até que ponto isto seria importante para a atuação na modalidade, por prioritariamente não exigir desenvolvimento máximo da velocidade, contrário ao que se espera da capacidade de aceleração.

Palavras-chave: Treinamento Desportivo. Velocidade. Futebol.

tiagovolpi@yahoo.com.br

claudiocreatto@ibest.com.br

Relação entre capacidade de aceleração e velocidade máxima em futebolistas