

XI Congresso Ciências do Desporto e Educação Física dos países de língua portuguesa

MUDANÇAS DO DESEMPENHO ANAERÓBIO EM FUTEBOLISTAS PÚBERES DA CATEGORIA SUB-15

Miguel Arruda, Jefferson Eduardo Hespanhol, Thiago Santi Maria,
Leonardo Gonçalves A. Silva Neto
miguela@fef.unicamp.br

Introdução: As respostas do desempenho anaeróbio durante o desenvolvimento e maturação é um fundamental aspecto para a prescrição do treinamento e supervisão da capacidade de trabalho adequada aos jovens futebolistas. Objetivo: Foi verificar as mudanças do desempenho anaeróbio em futebolistas púberes da categoria sub-15 após 12 semanas de competição. Material e Método: Os participantes se auto-avaliaram maturacionalmente conforme a classificação maturacional proposta por TANNER (1962), seguindo o procedimento descrito por MATSUDO e MATSUDO (1994), após esse momento foram escolhidos somente os púberes de uma população de 38 futebolistas, sendo assim a amostra foi composta por 18 futebolistas do sexo masculino de um clube da região de Campinas-SP (14,90±0,55 anos, 62,03±7,01kg, 172,31±7,77cm). As medidas foram realizadas no início e no final do período de 12 semanas de competição do Campeonato Paulista de Futebol de 2005. As variáveis que caracterizam a potência anaeróbia de curta duração foi estimada pelo pico de potência (PP) e a capacidade anaeróbia de curta duração foi estimada pela potência média (PM). O teste de Quebec de 10 segundos foi usado para avaliar PP e PM. Os testes foram realizados de acordo com os procedimentos técnicos descrito por SIMONEAU et al. (1983), sendo que as medidas foram feitas em uma bicicleta Biotec. A resistência aplicada para todos os participantes foi de 0,090 kp.kg⁻¹. Os dados foram analisados através da estatística descritiva, delta percentual e do teste “t” para amostras dependentes. O nível de significância utilizado foi de $p < 0,05$. Resultados: Entre o antes e após a competição foi possível verificar mudanças estatisticamente significantes nos desempenhos da PP ($p = 0,0003$) e da PM ($p = 0,0142$), apresentando um aumento nos desempenhos da PP de 28,34±13,18% e da PM de 19,29±13,96%. No entanto, não foram observadas mudanças estatisticamente significantes para a massa corporal ($p = 0,3549$) após o período de competição. Conclusão: Esses resultados sugerem que houve um aumento no desempenho da potencia anaeróbio de curta duração, como também, um aumento da capacidade anaeróbia de curta duração para os púberes na categoria sub-15 após 12 semanas de competição.