

COMPARAÇÃO DA VELOCIDADE DE CORRIDA ENTRE JOGADORES DE FUTEBOL INFANTIL, JUVENIL E PROFISSIONAL.

Paulo Cezar Reis DELUNARDO JÚNIOR (PIC/Unileste-MG)

Carlos Augusto PORCARO (Orientador).

Curso de Educação Física - CEF - Unileste-MG

Os princípios gerais que regem as respostas do organismo ao exercício e ao treinamento são os mesmos para crianças, adolescentes e adultos, entretanto, observam-se particularidades fisiológicas em diferentes faixas etárias, como por exemplo, na potência anaeróbica, que aumenta em meninos a partir da puberdade, em decorrência do desenvolvimento da massa muscular e do efeito da maturação hormonal sobre as características funcionais do músculo esquelético.

Portanto, o objetivo desse estudo foi comparar a velocidade de corrida em 30 metros entre atletas de futebol infantil, juvenil e profissional.

Primeiramente realizou-se um contato com os clubes para solicitar a autorização para a coleta de dados. Posteriormente foi elaborado, junto com os responsáveis pelas equipes, um cronograma para a aplicação dos testes. A amostra foi composta por 68 atletas da categoria infantil, 78 atletas da categoria juvenil de três clubes e 76 atletas profissionais de dois clubes, sendo que os resultados dos atletas profissionais já constavam no banco de dados do Laboratório de Fisiologia do Exercício do Unileste-MG. Todos os atletas avaliados e seus responsáveis, quando menor de idade, assinaram um termo de consentimento livre e esclarecido.

Objetivando-se classificar a amostra, mediram-se a estatura e o peso corporal, utilizando-se uma balança portátil da marca Filizola e um estadiômetro Sanny. A partir dos dados do peso e da estatura foi calculado o índice de massa corporal (IMC).

Para a determinação da velocidade de corrida, utilizou-se um conjunto de três pares de torres com fotocélulas acopladas a um notebook com o software Multisprint. Os testes foram realizados em campo de futebol, com o primeiro par de torres posicionado na saída, o segundo a 10 metros do primeiro e o terceiro a 20 metros do segundo, totalizando 30 metros. Uma trena foi usada para a marcação da distância. Antes dos testes os atletas realizaram um aquecimento conduzido por seu técnico ou preparador físico. Para realizar o teste, o atleta posicionou-se a 1 metro da saída e, ao passar pelo primeiro par de torres o cronometro era automaticamente acionado, registrando o tempo parcial nos 10 metros e finalizando na passagem pelo terceiro conjunto de torres. Um membro da comissão técnica ficou posicionado no final dos 30 metros, incentivando os atletas a acelerar até passar pelo último par de torres. Cada atleta realizou o teste três vezes, sendo considerado o melhor resultado para a obtenção da média do grupo.

Para a análise dos dados foi realizada uma estatística descritiva e os resultados foram apresentados como média e desvio padrão. Os dados foram submetidos ao teste de normalidade de Kolmogorov-Smirnov. Para a comparação entre os grupos utilizou-se a Anova com o teste post hoc de Tukey, adotando-se um nível de significância de $p < 0,05$. Os dados foram tratados no programa SPSS for Windows 11.0.

Os atletas da categoria infantil apresentaram uma média de idade de $14,6 \pm 0,49$ anos, peso de $65,07 \pm 6,67$ kg, estatura de $175 \pm 5,68$ cm e IMC de $21,2 \pm 2,56$ kg/m². Os da categoria juvenil apresentaram uma média de idade de $16,7 \pm 0,47$ anos, peso de $68,8 \pm 6,34$ kg, estatura de $178,7 \pm 6,54$ cm e IMC de $23,5 \pm 3,01$ (kg/m²). Nos

profissionais a média de idade foi de $24,3 \pm 3,2$ anos, peso de $74,4 \pm 7,5$ kg, estatura de $168 \pm 3,42$ cm e IMC de $24,4 \pm 2,68$ kg/m².

O menor tempo gasto para percorrer os 30 metros foi dos profissionais, com a média de $3,994 \pm 0,292$ seg., seguida pelos juvenis com a média de $4,198 \pm 0,200$ seg. e pelos infantis com a média de $4,374 \pm 0,199$ seg. Verificou-se uma diferença estatisticamente significativa entre os três grupos.

Os testes de desempenho que realizam uma ativação máxima do sistema de energia ATP-CP funcionam como testes de campo práticos destinados a avaliar a potência anaeróbica nos músculos ativados. Portanto, a potência anaeróbica alática pode ser mensurada por exercícios explosivos com até 6 seg. de duração, como nos testes com saltos, subida rápida em escada, os piques na corrida ou no ciclismo, as corridas curtas para a realização de arremessos e os movimentos localizados produzidos pela rotação de uma manivela com os braços.

A potência anaeróbica é importante em vários esportes que envolvem corridas rápidas e repetidas, como o futebol, tênis, basquete etc. Portanto, a velocidade de corrida é imprescindível para o jogador de futebol, uma vez que as ações do jogo acontecem em alta intensidade, sendo necessário chegar antes que o adversário para ganhar a jogada.

Durante o crescimento, o desempenho é influenciado pelo estado maturacional, e a potência anaeróbica está relacionada com fatores bioquímicos e estruturais, que se aperfeiçoam à medida que o indivíduo cresce e amadurece. Portanto, os resultados obtidos vão de encontro ao descrito na literatura, pois observou-se uma maior potência anaeróbica nos atletas mais velhos em relação aos mais jovens, refletida por um menor tempo gasto na corrida de 30 metros.

Palavras-chaves: velocidade de corrida, potência anaeróbica, avaliação física, futebol.