

COMPARAÇÃO DA POTÊNCIA ANAERÓBIA DE BAILARINOS DE JAZZ E DE DANÇA DE RUA

Natália Silva NASCIMENTO (UnilesteMG); Ludmilla Vieira PAIXÃO (UnilesteMG); Fátima Nogueira Gonçalves de SOUSA (UnilesteMG); Carlos Augusto PORCARO (UnilesteMG)

Objetivo: Fazer a comparação da potência anaeróbia de bailarinos de jazz e dança de rua, uma vez que em seus movimentos coreográficos exige movimentos rápidos e de grande explosão e potencia durante todo o momento da apresentação e durante os treinamentos. **Metodologia:** A amostra foi composta por 20 bailarinos do sexo feminino e masculino, bailarinos de academias de dança distintas, sendo 10 praticantes de jazz e 10 praticantes de dança de rua com idade média de $17,9 \pm 2,28$ anos para a categoria jazz e $16,0 \pm 2,36$ anos para a categoria dança de rua. Através do teste de Wingate foram determinados a potência média, absoluta e a relativa. Os bailarinos foram instruídos a realizar todo o teste em esforço máximo durante 30 segundos, a carga da bicicleta foi

ajustada de acordo com a massa corporal individual, correspondendo a 7%.

Resultados: Quanto à verificação da análise dos bailarinos de dança de rua, a potência máxima absoluta obteve uma média de $485,3 \pm 63,7$ W. Um máximo de 553 W e um mínimo de 353,9 W. Já a potência máxima relativa obteve uma média de $8,8 \pm 1,14$ W/Kg, um máximo de 11,2 W/Kg e um mínimo de 7,7 W/Kg. E finalmente o percentual de fadiga alcançou uma média de $37,5 \pm 8,81\%$, um máximo de 55,6% e um mínimo de 23,9%.

Quanto à verificação da análise dos bailarinos de jazz, a potência máxima absoluta obteve uma média de $428,1 \pm 36,6$ W, um máximo de 460,4 W e um mínimo de 333,9 W. Já a potência máxima relativa obteve uma média de $8,4 \pm 0,78$ W/Kg, um máximo de 9,3 W/Kg e um mínimo de 6,7 W/Kg. E finalmente o percentual de fadiga alcançou uma média de $41,9 \pm 10,13\%$ um máximo de 59,6% e um mínimo de 27,6%.

Conclusão: Nos resultados apresentados os bailarinos de dança de rua apresentaram resultados melhores que os bailarinos de jazz, havendo uma diferença estatisticamente significativa ($p < 0,05$) entre eles. A validação dos processos anaeróbicos na Dança carece de estudos mais aprofundados. Com isto recomenda-se que novos estudos semelhantes e mais detalhados sejam realizados.

Palavras-chave: Dança de rua. Teste de wingate. Jazz.

Agências de fomento: UnilesteMG