



B0238

RESPOSTAS ELETROMIOGRÁFICAS DE MÚSCULOS FLEXORES E EXTENSORES DO JOELHO DURANTE SALTOS VERTICAIS EM ATLETAS DE VOLEIBOL

Caroline Tosini Felicissimo (Bolsista PIBIC/CNPq), Eduardo Bodnariuc Fontes , José Luiz Dantas ,Melissa Luiza Moura,Cintia Ramari Ferreira ,Felipe Arruda Moura,Bruno de Paula Caraça Smirmaul e Prof. Dr. Antonio Carlos de Moraes I (Orientador), Faculdade de Educação Física - FEF, UNICAMP

Introdução: É sabida a importância do salto vertical no voleibol competitivo. Necessárias são as investigações sobre o padrão do recrutamento de músculos com diferentes propriedades e ações durante a prática de modalidades esportivas. **Objetivo:** Analisar o desempenho e as respostas eletromiográficas dos músculos Reto Femoral (RF), Bíceps Femoral (BF) e Gastrocnêmio Medial (GM) durante protocolo de saltos verticais. **Métodos:** 13 voleibolistas do sexo feminino ($15,6 \pm 0,9$ anos) participaram do estudo. Inicialmente foi realizado um protocolo de potência máxima, consistindo de três saltos máximos, seguido do protocolo de resistência de saltos (ciclos de três saltos verticais máximos em aproximadamente 10 segundos – um salto a cada três s, com intervalo de 15 s de recuperação). O tempo de duração do protocolo de resistência foi de 20 minutos. Todos os saltos foram realizados sobre um tapete de contato utilizando a técnica do contramovimento, sem ajuda dos braços. Para o tratamento dos dados os saltos foram divididos em quatro períodos com 12 ciclos cada um. **Resultados:** A média de altura dos saltos foi: 1º período 34,4 cm, 2º 33,9 cm, 3º 33,1 cm e no 4º 33,0 cm. Os valores expressos em RMS foram: 1º período: RF 86,3 %, BF 79,7 % e GM 75,2 %, 2º RF 80,8 %, BF 77,2 % e GM 69,0 %, 3º RF 78,7 %, BF 79,3 % e GM 67,8 % e no 4º RF 78,1 %, BF 83,8 % e GM 69,1 %%. Não houve diferença significativa nos valores. **Conclusão:** Os músculos RF, BF e GM estiveram ativos durante a realização dos protocolos de saltos.

Eletromiografia - Saltos verticais - Voleibol