

“JOVENS PRATICANTES DE ATLETISMO: CONTRIBUIÇÃO DA MATURAÇÃO E VARIÁVEIS ANTROPOMÉTRICAS NO DESENVOLVIMENTO DA FORÇA EXPLOSIVA E VELOCIDADE.”

Autores: Thiago Mariano (bolsista SAE/UNICAMP), Miguel de Arruda (Orientador/DCE – FEF/UNICAMP)
Contato: theagomariano@hotmail.com

Introdução: A força explosiva é uma variável importante no desempenho físico dos praticantes de atletismo. Logo, as manifestações são elementos intervenientes no desempenho físico entre elas a agilidade, velocidade de deslocamentos e no salto vertical (KRAEMER; HÄKKINEN, 2004) sendo influenciado pela maturação (MALINA, 2002)..

Objetivo: estimar a contribuição dos estatutos maturacionais, na variação do percentual de gordura, peso e estatura, como também na variação dos desempenhos de força explosiva, força explosiva elástica e força explosiva elástica reflexa e velocidade em jovens atletas de atletismo de ambos os sexos.

Materiais e Métodos: foram estudados jovens praticantes de atletismo de ambos os sexos na faixa etária de 14 a 17 anos. Os atletas foram divididos segundo o sexo e estagio maturacional. Cada atleta foi submetido a uma bateria de testes motores (SJ, CMJ, CJ5s e 30m), bem como a avaliação da antropometria (percentual de gordura, peso e estatura) e auto-avaliação de maturação pelo teste de Tanner (1962).

Resultados: A tabela a seguir mostra os valores de Teste *t* de Students das variáveis estudadas de todos os grupos estudados distintos por gênero e estágio maturacional, com significancia das alterações no decorrer do período de treinamento.

	Estatura	Peso	%G	SJ	CMJ	CJ5s	30m
F/PU(t)	-2.79*	-6.97*	0.04	-1.00	-1.05	-3.16*	1.10
F/PO(t)	-2.07	-2.56	-1.62	-1.63	-0.73	-1.42	1.21
M/PU(t)	-1.34*	1.22*	0.81	-1.10*	-0.56	-2.71*	1.20
M/PO(t)	0.74	0.97	-0.63	-1.73	-1.18	-1.19	1.19

Legenda: * = $p \leq 0,05$; F/PU= feminino e púberes; F/PO= feminino e pós púberes; M/PU= masculino e púberes; M/PO= masculino e pós púberes.

Conclusão: Concluiu-se que ocorrem alterações distintas dependendo da variável estudada, gênero e estagio de maturação do atleta. As variáveis antropométricas variaram de acordo com o que ocorre no processo de maturação normal de indivíduos na fase púbere e pós-púberes.

Referencias:

- MALINA, R.M; BOUCHARD, C. *Atividade física do atleta jovem: do crescimento à maturação*. São Paulo: Rocca, 2002.
- KRAEMER, W.J.; HÄKKINEN, K. *Treinamento de força para o esporte*. Porto Alegre: Artmed, 2004.
- TANNER, J. M., 1962. *Growth at Adolescence*. Oxford: Blackwell Scientific Publications.