



B0108

ANÁLISE DO IMPACTO DA METODOLOGIA DE TREINAMENTO COM JOGOS SOBRE A DOR, LESÃO MUSCULAR E TOLERÂNCIA AO ESTRESSE EM UMA EQUIPE DE JOGADORES DE FUTEBOL PROFISSIONAL

Graciana de Azambuja (Bolsista PIBIC/CNPq), Alcides Scaglia (Coorientador), Cristian Linanza e Profa. Dra. Maria Claudia Gonçalves de O. Fusaro (Orientadora), Faculdade de Ciências Aplicadas da Unicamp - Limeira - FCA, UNICAMP

Na metodologia de treinamento com jogos, as exigências técnicas, táticas, físicas e emocionais relacionam-se dinamicamente entre si. Embora os benefícios táticos dessa metodologia sejam evidentes, não são conhecidas as repercussões neurofisiológicas. O objetivo desse trabalho foi correlacionar os índices de lesão muscular e percepção subjetiva da dor nos jogadores de futebol do Grêmio Esportivo Novorizontino, submetidos à metodologia de treinamento com jogos. A lesão muscular foi avaliada através da quantificação da creatina quinase (CK), e a dor muscular, através da escala visual analógica (EVA). Na véspera dos seis últimos jogos do Campeonato Paulista da Segunda Divisão, aplicou-se a EVA e foram coletados 50µl de sangue para a análise de CK. Observou-se que as concentrações de CK mantiveram-se estáveis nos primeiros cinco jogos analisados, enquanto que no último jogo, as concentrações aumentaram significativamente ($p < 0,05$, Two Way Anova, Bonferroni test). Observou-se também que as concentrações de CK e as intensidades de dor muscular foram diretamente proporcionais. Em suma, embora o esforço físico no final do campeonato estivesse muito intenso, a metodologia com jogos permitiu estabilização das concentrações de CK e da dor muscular durante a maior parte do tempo.

Dor - Creatina quinase - Futebol