



## INFLUÊNCIA DO TESTE AERÓBIO MÁXIMO NO SALTO VERTICAL EM ATLETAS COM PARALISIA CEREBRAL.

Vitor T. P. Nardi\*, Fernando R. de Faria, José I. Gorla.

### Resumo

A potência é uma das capacidades mais importantes para um jogador de futebol, principalmente nos momentos que decidem o jogo. A mesma também é no futebol de 7, praticado por atletas com paralisia cerebral (PC). Objetivou-se com este estudo comparar o índice de potência de membros inferiores obtida antes e após teste aeróbio máximo. O estudo foi composto pela realização de 3 saltos de Squat Jump (SJ) e Countermovement Jump (CMJ) com 10 segundos de recuperação passiva entre cada salto, já para o teste aeróbio máximo o teste Yo-Yo IRT1 consistiu na realização de corridas bidirecionais de 2 x 20 m com recuperação ativa de 10s a cada 40 m. Os resultados apontaram para correlações altas quando comparados os valores absolutos da altura, potência e potência por quilograma, tanto do SJ quanto do CMJ. Então conclui-se que o desempenho de saltos verticais pós teste aeróbio máximo, tanto o SJ quanto o CMJ foram inferiores aos realizados previamente.

**Palavras-chave:** Futebol, Paralisia Cerebral, Salto Vertical.

### Introdução

O futebol é um esporte caracterizado por atividades intermitentes, o qual exige grande demanda física, o que requer uma apurada habilidade técnica, força, velocidade, agilidade e potência. O mesmo ocorre no futebol de 7, que é praticado por atletas com paralisia cerebral (PC) ou deficiências associadas como sequelas de traumatismo crânio-encefálico ou acidentes vasculares cerebrais (IFCPF, 2018a). A paralisia cerebral é uma síndrome e comprometimento motor que resulta de uma lesão que ocorre no cérebro em desenvolvimento, o distúrbio varia no momento da lesão, na apresentação clínica e no local e gravidade das deficiências. As diferentes manifestações da PC podem acarretar ao jogador déficits de força e conseqüentemente prejuízo na potência muscular tendo em conta as demandas exigidas durante uma partida de futebol de 7.

A utilização de um teste de esforço máximo, como o Yo Yo Intermittent Recovery Test, a fim de simular a fadiga a qual estimula a avaria das habilidades do futebol no curso de uma partida (IMPELLIZZERI et al., 2008; RAMPININI et al., 2010) e aplicação de salto vertical com o intuito de mensurar a potência de membros inferiores apresentam-se como mecanismos adequados para avaliação de atletas com paralisia cerebral. Assim verificar a influência do teste aeróbio máximo no salto vertical em atletas com paralisia cerebral do futebol de 7.

### Resultados e Discussão

O teste consistiu na realização dos saltos: Squat Jump (SJ) e Countermovement Jump (CMJ) (Bosco, Luhtanen, Komi, 1983). O protocolo foi constituído da realização de 3 saltos para cada teste com 10 segundos de recuperação passiva entre cada salto.

O objetivo do presente estudo foi verificar a influência do teste aeróbio máximo no salto vertical em atletas com paralisia cerebral do futebol de 7. Os resultados encontrados demonstraram diferença significativa pré e pós teste aeróbio máximo, demonstrado na tabela 1.

**Tabela 1. Mensurações dos saltos verticais pré e pós Yo-Yo recovery test level 1.]**

		Pré	Pós	p-valor
SJ	ALT	33,8±6,9	30,2±5,6	0,002
	POT	3303,9±465,5	3086,6±397,8	0,002
	POT/KG	45,3±5,6	42,3±4,6	0,002
CMJ	ALT	35,0±6,5	32,1±6,6	0,008
	POT	3375,1±400,0	3198,8±396,2	0,008
	POT/KG	46,4±5,3	44,0±5,4	0,008

**Legenda:** SJ - Squat jump; CMJ - Couter Moviment Jump; ALT - Altura ; POT - Potência; POT/Kg - Potência/Quilograma; Nível de significância p<0,05.

### Conclusões

Conclui-se que o desempenho de saltos verticais pós teste aeróbio máximo, tanto o squat jump quanto o counter movement jump, foram significativamente inferiores aos realizados previamente. Através deste estudo podemos identificar que o desgaste físico ocasionado pelo exercício máximo causou influência negativa e significativa na potência dos membros inferiores, indicando a necessidade de uma melhor manutenção do condicionamento físico a fim de minimizar o impacto no desempenho.

### Agradecimentos

Pibic, Unicap, CNPQ.

BOSCO, C; LUHTANEN, P; KOMI, P. V. A simple method for measurement of mechanical power in jumping. *European journal of applied physiology and occupational physiology*, v. 50, n. 2, p. 273-282, 1983.

IFCPF. Modifications to the Laws of the Game. *International Federation of CP Football*, January, p. 1-8, 2018b. Disponível em: <https://www.ifcpf/static/upload/raw/b669a53f-79f1-492a-8c8a-8608d06f2030/IFCPF++Modifications+to+the+Laws+of+the+Game++2018.pdf>.

IMPELLIZZERI, F. M. et al. Validity of a repeated-sprint test for football. *International journal of sports medicine*, v. 29, n. 11, p. 899-905, 2008.