

VARIAÇÃO DO CONSUMO MÁXIMO DE OXIGÊNIO DE FUTEBOLISTAS SUB-20 DE DIFERENTES POSIÇÕES TÁTICAS ATRAVÉS DE TESTE ESPECÍFICO

Vicente de Paula Campeiz¹, José Mário Campeiz², Rafael Nunes², Edvânia Conceição Fernandes da Silva Campeiz²; Rafael Franco de Oliveira³.

1 – Faculdade de Educação Física de Passos – MG vccampeiz@minasnet.psi.com, 2 – PUCCAMP, Campinas SP – Brasil, e-mail- jmcampeiz@uol.com.br, 3 – Mogi Mirim – SP – Brasil, e-mail: rafaoliveiraef@uol.com.br

Introdução: O futebol é um dos esportes mais populares do mundo, pesquisas demonstram a importância de uma boa aptidão física. **Objetivos:** Neste estudo objetivou-se verificar através de teste específico a variação da capacidade aeróbia (VO₂ máx.) de futebolistas juniores de diferentes posições táticas durante um macrociclo de treinamento. **Metodologia:** A amostra foi composta de treze atletas pertencentes a uma equipe do interior do Estado de São Paulo da 1ª divisão, participantes do campeonato paulista de 2004. Os atletas com idade média (18,2 ± 0,9 anos), massa corporal (71,7 ± 5,2 kg) foram divididos nas seguintes posições táticas: Zagueiros (ZG) n=3; Laterais (LT) n=3; Meio Campista (MC) n=4 e Atacantes (AT) n=3. Todos submetidos a treinamentos diários com duas sessões, cinco vezes por semana durante um período de cinco meses e avaliados em dois momentos: período preparatório e competitivo. Utilizou-se o YoYo Endurance Test proposto por Bangsbo (1996) para mensurar o consumo máximo de oxigênio; para indicar as diferenças estatísticas utilizou-se a análise de variância anova one way, seguidas pelo teste post hoc de tukey HSD para analisar as diferenças entre os grupos (p<0,05). **Resultados:** Não foram encontradas diferenças estatisticamente significantes nas variáveis aeróbias entre o pré e pós-teste dos diferentes grupos (tabela 1).

Tabela 1: Média, desvio padrão do consumo máximo de oxigênio (VO₂max) ml/kg/min obtidos através do YoYo Endurance Test no pré e pós teste.

	Zagueiros (ZG) n=3 ml/kg/min	Laterais (LT) n=3 ml/kg/min	Meio Campista (MC) n=4 ml/kg/min	Atacantes (AT) n=3 ml/kg/min
Pré teste	54,83 ± 3,15	57,90 ± 3,57	56,50 ± 2,75	54,46 ± 3,17
Pós teste	58,23 ± 2,85	59,00 ± 3,63	58,15 ± 0,63	55,03 ± 1,27

Conclusão: Não se observou diferenças estatisticamente significante entre o pré e o pós teste na capacidade aeróbia expresso pelo VO₂ máx. nas diferentes posições avaliadas neste estudo. Por ser esta variável de fundamental importância nos momentos de recuperação entre os esforços curtos e intensos que ocorrem durante os treinamentos e jogos, sugere-se atenção especial no início de preparação.