

COMPARAÇÃO ENTRE DOIS MÉTODOS DE MEDIDA DA ALTURA DO SALTO VERTICAL DE ATLETAS E INDIVÍDUOS ATIVOS

Ana Paula Xavier LADEIRA, Sônia Cavalcanti CORRÊA, Rosangela Guimarães ROMANO, Gilberto GUIMARÃES, Ludmilane Priscila SALVADOR

Curso de Educação Física – MACKENZIE, Barueri, São Paulo, Brasil

e-mail: ana.ladeira@mackenzie.br

Introdução: O salto vertical tem sido o método mais utilizado para avaliar e acompanhar o tipo de treinamento dos atletas que necessitam de potência de membros inferiores, como é o caso do Pólo Aquático e do Voleibol. **Objetivo:** Comparar dois métodos diferentes de medição da altura máxima saltada de atletas e de indivíduos ativos fisicamente. **Metodologia:** Participaram da pesquisa 26 atletas, sendo 16 jogadores de Pólo Aquático e 10 de Voleibol ($22,61 \pm 6,22$ anos, $79,05 \pm 9,27$ kg, $1,82 \pm 6,93$ m) e 20 indivíduos ativos fisicamente ($24,11 \pm 3,83$ anos, $76,6 \pm 11,78$ kg, $1,75 \pm 7,73$ m). Os sujeitos executaram o teste de impulsão vertical sobre a plataforma de força a partir da posição agachada sem auxílio dos braços, sem carga e com 3 cargas correspondentes à 5%, 10% e 15% do peso corporal, em ordem randômica e com intervalo de 90 segundos. A altura máxima alcançada no salto foi calculada automaticamente por uma prancha de salto da marca Jump Test, que calcula a altura pelo tempo de vôo, colocada sobre a plataforma de força da marca AMTI, modelo número OR6-6-200, que estimou a altura máxima através da dupla integração da curva de força. Foi realizado o Teste t de Student para dados pareados com nível de significância de 0,05. **Resultados:** Os valores da altura máxima alcançados em centímetros nos dois métodos podem ser vistos na tabela 1.

Indivíduos	Carga	Plataforma de Força	Prancha de Salto
Atletas	0%	$20,19 \pm 3,78$	$32,09 \pm 5,62$
	5%	$18,65 \pm 3,89$	$28,98 \pm 4,91$
	10%	$17,82 \pm 2,31$	$26,63 \pm 4,69$
	15%	$17,36 \pm 3,26$	$25,23 \pm 4,70$
Ativos	0%	$19,24 \pm 1,87$	$30,52 \pm 6,54$
	5%	$19,13 \pm 1,93$	$27,50 \pm 5,57$
	10%	$18,89 \pm 1,55$	$25,63 \pm 5,52$
	15%	$18,65 \pm 1,26$	$23,66 \pm 5,91$

Tabela 1: altura máxima alcançadas nos dois métodos de calculo de altura.

Foi encontrada uma diferença entre os métodos de aproximadamente 10 cm, sendo maior na Prancha de Salto. Nos dois grupos a altura foi diminuindo conforme o aumento da carga, contudo nos atletas essa diminuição foi mais gradual, talvez o fato de eles treinarem esse salto fez com que eles mantivessem o padrão. **Conclusão:** Pode-se concluir que a Prancha de Salto apresentou uma altura maior em relação ao outro método, o que sugere uma maior atenção quanto à escolha do método para comparar a altura máxima de estudos realizados com diferentes métodos de análise.

Palavras chaves: Salto Vertical, Plataforma de Força, Prancha de Salto.