

COMPARAÇÃO DA POTÊNCIA ANAERÓBIA E CAPACIDADE AERÓBIA DE BASQUETEBOLISTAS DE AMBOS OS GÊNEROS

Bruno Ferreira Camargo¹, Gustavo Gomes de Araújo², Claudio Alexandre Gobatto³, Nathália Arnosti Vieira¹, Leonardo Dalcheco Messias¹, Fúlvia de Barros Manchado-Gobatto¹

1-Universidade Metodista de Piracicaba – UNIMEP; 2- Universidade Federal de Alagoas – UFAL;
3- Universidade Estadual de Campinas – FCA - UNICAMP

Introdução: O basquetebol é um desporto acíclico dependente de ações anaeróbias decisivas para a vitória. Entretanto, o metabolismo aeróbio é predominante na partida, sendo fundamental por conta do volume de jogo e suporte para tarefas em treinamentos e competições efetuadas por ambos os gêneros. **Objetivo:** Comparar as potências mínima (Pmin), média (Pméd), máxima (Pmáx) e lactato mínimo (intensidade e concentração) de basquetebolistas de ambos os gêneros, com dados obtidos a partir de protocolos adaptados às especificidades da modalidade. **Metodologia:** Foram avaliados 22 atletas, sendo 11 homens (18±0 anos, 89,2 ± 9,7Kg) e 11 mulheres (19±1 anos, 66,7 ± 10,1Kg). Os grupos foram submetidos ao protocolo de lactato mínimo, composto por uma fase de indução à hiperlactacidemia e uma fase progressiva. Inicialmente, cada atleta realizou 6 corridas máximas em distâncias de 35m, divididas em 17,5m/17,5m na tentativa de aproximar o percurso à especificidade do jogo, com intervalo de 10s entre os esforços. Por esse procedimento, foram determinadas as Pmin, Pméd, Pmáx relativas ao peso corporal, o índice de fadiga (IF) e houve a indução à hiperlactacidemia (concentração pico de lactato - [Lac] pico) necessária para o teste de lactato mínimo. Após 7min de recuperação passiva, os atletas foram submetidos a um teste progressivo (vai-vem 20m, 5 estágios de 3 min em intensidades 7, 8, 9, 10 e 12 Km/h). Ao término de cada estágio foram coletadas amostras de sangue do lóbulo da orelha, com objetivo de determinar a lactacidemia e, por ajuste polinomial de 2ª. ordem, o lactato mínimo (LM) e intensidade correspondente ao LM (iLM). A comparação entre a potência anaeróbia e capacidade aeróbia obtidas por ambos os gêneros foi efetuada por teste t-Student não pareado (P≤0,05). **Resultados:** O grupo feminino apresentou médias inferiores para Pmin, Pméd e Pmáx, sendo que esses resultados não refletiram em menores IFs para esse gênero. Em contrapartida, o protocolo de Rast adaptado promoveu maior indução à hiperlactacidemia nas jogadoras. A capacidade aeróbia (iLM) foi inferior para os atletas masculinos, porém sem modificações na concentração de lactato em que o LM ocorreu quando comparados ambos os grupos (Tabela 1). **Conclusão:** A partir dos resultados é possível concluir que diferenças entre os gêneros devem ser consideradas quando treinamentos são aplicados à basquetebolistas. Esse fato pode ser visualizado por resultados superiores de potência anaeróbia no gênero masculino e de capacidade aeróbia no gênero feminino.

Tabela 1. Resultados de potência anaeróbia e capacidade aeróbia obtidos por testes adaptados à especificidade do basquetebol e aplicados a basquetebolistas de ambos os gêneros.

	Potência Anaeróbia (RAST)				Capacidade Aeróbia (Lactato Mínimo)			
	Pmáx (W/Kg)	Pmed (W/Kg)	Pmin (W/Kg)	IF (%)	[Lac] pico (mM)	iLM (Km/h)	LM (mM)	R ²
Masculino								
Média	5,38	4,05	3,20	35,6	4,94	8,75	2,37	0,96
EPM	0,50	0,19	13,64	5,1	0,24	0,75	0,80	0,02
Feminino								
Média	3,22*	2,79*	2,33*	29,6	5,85*	9,41*	3,04	0,90
EPM	0,11	0,09	0,09	2,9	0,30	0,12	0,32	0,03

*Diferença significativa entre os gêneros (P≤0,05)

Palavras-chave: Baquetebol, gênero, lactato sanguíneo.