

FORÇA MUSCULAR ENTRE ATLETAS E NÃO ATLETAS PRÉ-PÚBERES DE AMBOS OS SEXOS DA GINÁSTICA ARTÍSTICA

MORAES, F.L.; BOJIKIAN, L.P.; BÖHME, M.T.S. Grupo de Estudo e Pesquisa em Esporte e Treinamento Infanto-Juvenil. EEFUSP, São Paulo, femoraesunicid@hotmail.com

Introdução: Na ginástica artística (GA), além da flexibilidade, as capacidades motoras força e potência muscular possuem papéis primordiais na obtenção do bom desempenho. Hoje existe dificuldade em encontrar estudos que comparem força muscular entre atletas e não atletas pré-púberes de ambos os sexos da ginástica artística, cujos grupos diferenciam-se nos objetivos. **Objetivos:** Descrever as características cineantropométricas e compará-las entre atletas e não atletas pré-púberes de ambos os sexos. **Amostra:** sexo masculino, 8 atletas (AM) 8 não atletas (NAM); sexo feminino, 8 atletas (AF) e 11 não atletas (NAF), entre 8 e 14 anos de idade. Os atletas da GA participam de competições e treinam em média 5,3 vezes por semana. O grupo de não atletas praticam GA de modo participativo com menor frequência semanal (2 vezes). **Metodologia:** Foram avaliadas as variáveis: Estatura (cm), Peso (kg), Índice de Massa Corporal (IMC), Dobras Cutâneas tricipital, e subescapular, e foi calculado o Percentual de Gordura (%G). Foram considerados como pré-púberes os meninos no estágio 1 de pêlos axilares e meninas que não haviam tido a menarca (MALINA; BOUCHARD; BAROR, 2004). Aplicaram-se os testes de: Arremesso de Medicine Ball (AMB), Salto Horizontal (SH) e Flexão Abdominal (ABD) (MARINS; GIANNICHI, 2003). Utilizou-se estatística descritiva e test “t” de Student independente ($p < 0,05$). **Resultados:** Tabela 1: média (desvio-padrão), das variáveis avaliadas na amostra.

	Sexo	Estatura (cm)	Peso (kg)	IMC	% G	A M B	S H	ABD
10,5(1,6)	AM	137,3(9,2)	31,0(4,6)	16,3(0,7)	12,9(2,2)	279,8(57,4) +	172,1(18,3) *	28,2(1,1) *
9,8(1,1)	NAM	138,7(7,1)	33,7(4,6)	17,4(1,3)	18,4(6,0)	252,7(35,2)	154,1(2,9) #	23,1(4,4)
8,8(0,8)	AF	133,7(9,1)	27,2(3,1)	15,3(1,8)	14,1(2,0)	218,7(23,4)	158,7(13,4) ≠	31,2(1,3) ≠+
10,2(1,2)	NAF	142,6(9,1)	37,2(7,9)	18,1(2,5)	22,1(7,5)	239,8(37,0)	128,3(15,2)	18,1(3,1) #
9,9(1,3)	TOTAL	138,5(9,0)	32,7(6,6)	16,9(2,0)	17,3(6,4)	247,5(44,1)	151(21,8)	24,6(5,9)

Diferença significativa $P < 0,05$ (test “t”) entre: AM e NAM *; AF e NAF ≠; AM e AF +; NAM e NAF #

Conclusão: Diferenças entre AM e AF, podem estar atreladas às características da modalidade, que diferencia os aparelhos para cada sexo, uma vez que todos são pré-púberes, e ambos os grupos possuem aproximadamente a mesma frequência semanal (AM 4,7 e AF 6,0 vezes), carga horária (3,0 hs), e recebem estímulos fortes de treinamento. Tratando-se de NAM e NAF, as diferenças observadas deveriam ocorrer somente no período da puberdade, já

que nessa fase, ambos os grupos não diferenciam muito entre si (MALINA; BOUCHARD; BAR-OR, 2004). Comparando atletas e não atletas de ambos os sexos, os resultados mostram que há diferença na aptidão física entre os que participam da GA com objetivos competitivos e os que nela atuam de modo participativo, cuja frequência semanal varia bastante, mesmo todos sendo pré-púberes.

MARINS, J.C; GIANNICHI, R.S. **Avaliação e prescrição de atividade física: guia prático.** 2ed. Rio de Janeiro: Shape, 2003.

MALINA, R.M.; BOUCHARD, C.; BAR-OR, O. **Growth, maturation, and physical activity.** Champaign, Illinois: Human Kinetics, 2004.