

## CINÉTICA DE POTÊNCIA DE MMSS E MMII DE EQUIPES FEMININAS DURANTE ETAPA DE CAMPEONATO DE *BEACH HANDBALL*

Shenia Caroline Donato<sup>1</sup>, Mara Laiz Damasceno<sup>2</sup>, Carla Cristiane da Silva<sup>3</sup>, Bernardo Neme Ide<sup>4</sup>, Charles Ricardo Lopes<sup>4</sup>, Clodoaldo José Dechechi<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> Faculdade Estácio de Sá de Ourinhos - FAESO

<sup>2</sup> Mestranda do Programa Associado de Pós-Graduação em Educação Física UEM/UUEL

<sup>3</sup> Universidade Estadual do Norte Pioneiro – UENP

<sup>4</sup> Laboratório de Bioquímica do Exercício (Labex), Departamento de Bioquímica, Instituto de Biologia – UNICAMP.

**Introdução:** O handebol de areia (*Beach Handball*) é uma modalidade de caráter intermitente, onde a potência muscular é uma das capacidades biomotoras determinantes para a *performance*. A manutenção desta ao longo de uma competição oficial seria de suma importância, mas mesmo assim constatamos poucos estudos analisando tal aspecto. **Objetivo:** Avaliar a cinética da potência de MMSS e MMII de jogadoras de *Beach Handball* durante uma etapa do Campeonato Paulista. **Metodologia:** Participaram do estudo 36 atletas do sexo feminino, integrantes de cinco equipes da 1º Etapa do Campeonato Paulista de *Beach Handball*. Para a avaliação da potência de MMSS aplicamos o teste de arremesso de *medicine ball* de 1 kg, e para a potência de MMII, o teste de salto triplo em extensão alternado. As atletas foram avaliadas antes da 1º partida (*baseline*), e ao final de cada partida. Para a análise estatística dos dados utilizamos o teste de normalidade de Kolmogorov-Smirnov, e o teste de análise de diferença entre médias Ttest. **Resultados:** Observamos uma diferença significativa para a potência de MMII entre as coletas do jogo 2 em relação as coletas do jogo 1. A Tabela 1 apresenta os valores médios de cada equipe.

**Tabela 1.** Valores médios (m) da potência de MMSS e MMII das equipes participantes do Campeonato Paulista de *Beach Handball*.  $\forall p < 0,05$  em relação ao Jogo 1

		<i>Baseline</i>	Jogo 1	Jogo 2	Jogo 3
		Média (dp)	Média (dp)	Média (dp)	Média (dp)
Cubatão	MMSS	5.24 (0.89)	4.85 (0.70)	4.96 (0.55)	-
	MMII	5.08 (0.58)	4.94 (0.52)	4.81(0.56)	-
Guarujá	MMSS	4.18 (0.50)	4.10 (0.48)	4.27 (0.66)	-
	MMII	4.33 (0.27)	4.39 (0.46)	4.49 (0.49)	-
ACH 2	MMSS	4.92 (0.49)	5.14 (0.70)	4.71 (0.45)	-
	MMII	5.06 (0.55)	5.06 (0.42)	4.85 (0.41)	-
São Vicente	MMSS	4.54 (0.75)	4.87 (0.63)	4.78 (0.74)	4.95 (0.66)
	MMII	4.81 (0.38)	4.77 (0.28)	4.82 (0.41)	4.86 (0.35)
ACH 1	MMSS	5.41 (0.13)	5.23 (0.43)	5.15 (0.39)	5.07 (0.57)
	MMII	5.11 (0.48)	5.46 (0.44)	5.13 (0.44)	5.21 (0.40)
TOTAL	MMSS	4.86 (0.50)	4.84 (0.44)	4.57 (0.33)	5.01 (0.09)
	MMII	4.88 (0.33)	4.92 (0.39)	4.82(0.22) $\forall$	5.03 (0.24)

**Conclusão:** A sequência de jogos realizados num torneio como esse pode afetar a potência das atletas de forma negativa. Diante desses resultados técnicos e preparadores físicos devem tomar providências para tentar minimizar tais efeitos, trabalhando para a manutenção dessa capacidade ao longo dos jogos. **Palavras-chave:** handebol de areia, cinética, potência muscular.