

ANÁLISE TEMPORAL, PERDA DE PESO E RESPOSTAS BIOQUÍMICAS DURANTE UMA COMPETIÇÃO DE JUDÔ

Braulio Henrique Magnani Branco¹; Leonardo Vidal Andreato²; Jonatas Ferreira da Silva Santos¹; Solange Marta Franzói de Moraes³; Guilherme Giannini Artioli¹; Emerson Franchini¹.

- 1- Grupo de Estudos em Lutas, Artes Marciais e Modalidades de Combate da EEFE-USP
- 2- Universidade do Estado de Santa Catarina
- 3- Universidade Estadual de Maringá

Introdução: Embora existam estudos descrevendo as adaptações físicas, perceptivas e fisiológicas a simulações de lutas de judô, pouco se sabe sobre o impacto de competições oficiais sobre estas respostas. **Objetivo:** investigar, durante uma competição oficial de judô, **(1)** a perda rápida de peso, **(2)** a estrutura temporal das lutas, **(3)** a percepção subjetiva de esforço (PSE), **(4)** a associação entre a estrutura temporal da luta e a PSE e **(5)** o comportamento dos biomarcadores salivares (cortisol, proteínas totais e osmolaridade) antes e após cada luta. **Métodos:** Oito atletas do sexo masculino das diferentes categorias de peso foram pesados: 1 uma semana antes, na pesagem oficial e pré-luta. Cada atleta realizou três lutas, durante as quais relataram a PSE e tiveram coletadas amostras salivares (pré e pós cada luta). Para análise estatística utilizou-se uma ANOVA *one-way* com medidas repetidas e teste de Bonferroni, adotando $P < 0,05$. **Resultados:** Não encontramos diferenças significantes para nenhuma variável técnico-tática. Observou-se correlações positivas entre estrutura temporal da luta e PSE pós-luta nas três lutas. O cortisol elevou-se pós-luta 2 ($P=0,033$) e 3 ($P=0,004$) em comparação ao repouso; os valores pós-luta 3 foram mais elevados que o pós-luta 1 ($P=0,03$). As proteínas totais e osmolaridade não foram alteradas durante a competição ($P > 0,05$). Observou-se valores mais elevados para massa corporal antes da primeira luta em relação à pesagem oficial ($P=0,003$). **Considerações finais:** O padrão de luta não se alterou, embora o cortisol tenha aumentado gradualmente durante a competição. A PSE elevou-se apenas momentos pós-luta (indicativo da intensidade das lutas). A osmolaridade e proteínas totais não se alteraram durante a competição (apontando a hidratação dos atletas). Ademais, os atletas reduziram a massa corporal para competirem, visto que no dia da competição, os valores foram superiores à pesagem oficial.

Palavras-chaves: judô; análise técnico-tática; biomarcadores salivares; perda rápida de peso; percepção subjetiva de esforço;