

CORRELAÇÕES ENTRE A POTÊNCIA MUSCULAR EM SALTO E EM CORRIDA ATADA COM A FORÇA MÁXIMA DE MEMBROS INFERIORES DE JOVENS FUTEBOLISTAS

Priscila Faleiro de BIASE, Maria Carolina Traina GAMA, Carolina CIRINO, Fúlvia de Barros MANCHADO-GOBATTO, Cláudio Alexandre GOBATTO

Faculdade de Educação Física – UNICAMP, Campinas, São Paulo, Brasil

Faculdade de Ciências Aplicada – UNICAMP, Limeira, São Paulo, Brasil

e-mail: pribiase@hotmail.com

Apoio Financeiro: CAPES (Código de financiamento 001) e FAPESP (16/50250-1).

Introdução: O desempenho no futebol é determinado por ações de alta intensidade e curta duração, exigindo participação das capacidades força e velocidade durante a partida. Por ser caracterizado por diferentes ações motoras, como saltos e sprints, investigar as correlações entre a força máxima e potência de membros inferiores obtida por dois protocolos distintos (salto e corrida) é um caminho significativo, que poderá contribuir para o direcionamento do treinamento aos atletas dessa modalidade. **Objetivos:** Desse modo, o estudo objetivou investigar as correlações entre as variáveis mecânicas obtidas em teste de salto vertical (SV) e em protocolo de corrida atada (*all out* de 30 segundos - AO30) em esteira não motorizada (ENM), com resultados de força máxima de membros inferiores (teste de 1RM de agachamento *Back Squat*) em jogadores de futebol. **Metodologia:** Dezesete atletas da categoria sub17 (16±1 anos, 64,7±6,1 kg, 1,74±0,08 m e 17,9±4,2% de gordura) foram avaliados. No primeiro encontro, medidas antropométricas e o teste de 1RM em agachamento *Back Squat* (BS) foram realizados. Na sessão seguinte (após 24 h), foram conduzidos os testes de potência. Inicialmente, foram executados três SV com intervalo de 15s entre eles, em plataforma sensorizada. Após 5 min de recuperação passiva, os avaliados foram submetidos ao teste máximo de corrida atada na ENM por trinta segundos (AO30). Para aquisição dos sinais de força em salto e corrida foram utilizadas células de carga na alocadas na ENM. No AO30, houve também registro do componente de força horizontal e da velocidade, por sensor de efeito *hall*, ambos com alta frequência de aquisição de dados (1000 Hz). A potência da corrida foi obtida pelo o produto da força e velocidade. Para as análises de correlação entre as variáveis obtidas por meio do SV (altura, potência, tempo de produção de força e impulso), do AO30 (força média e máxima, potência média e pico, velocidade média e máxima) e do teste de 1RM, foi utilizado o produto-momento de Pearson ($p \leq 0,05$). **Resultados:** Todos os dados obtidos por meio do melhor de três saltos de impulso vertical apresentaram correlação significativa com os parâmetros mecânicos de corrida observados em protocolo de AO30 ($r \geq 0,97$ e $p \leq 0,05$). Adicionalmente, as variáveis de SV e AO30 também apresentaram correlações positivas e significantes com os resultados de força máxima de membros inferiores ($r \geq 0,58$ e $p \leq 0,05$). **Conclusões:** Nossos resultados indicam que, embora obtidos por gestos motores distintos, a potência muscular em saltos e corrida estão fortemente correlacionadas entre si e com a força máxima de membros inferiores de jovens atletas de futebol, sugerindo a implementação de programas de treinamento para essas capacidades no sentido de potencializar o desempenho em partidas dessa modalidade.

Palavras chaves: Salto vertical, *All Out*, Futebol.