

Análise de parâmetros de força de nado atado e suas relações com o movimento de respiração do atleta de Triathlon Paralímpico Carlos Viana: Um estudo de Caso.

Fabiano Gomes Teixeira e Eduardo Riveira Braz

CENTRO DE REFERÊNCIAS EM CIÊNCIAS DO ESPORTE (CRCE) - SESI-SP, São Paulo, SP.

O Triathlon é uma modalidade esportiva que combina Três fases: Nadar, Pedalar e Correr, praticadas nessa ordem, sem interrupção entre as mesmas, interligadas por duas transições. Cada uma dessas fases interfere de forma negativa no desempenho da fase subsequente, com isso, entender o Triathlon como uma modalidade, se faz totalmente necessário para o processo de preparação do atleta. Diante disso, torna-se importante determinar algumas variáveis de força em que os atletas executam na fase da natação, já que esta pode influenciar diretamente no desempenho total da prova. Com o objetivo de minimizar possíveis influências do movimento de respiração no aumento dessas forças resistivas, o atleta é orientado a manter a cabeça com o eixo longitudinal enquanto executa os movimentos do nado, por outro lado, existem relações entre executar corretamente o movimento de respiração e a desempenho da fase de natação no Triathlon. Na fase de natação de atletas Paralímpicos em provas de Triathlon potencializar a propulsão e minimizar as perdas no movimento de respiração de acordo com a limitação ou classificação do atleta são fatores importantes de desempenho na modalidade. Diante disso, o objetivo do estudo foi analisar parâmetros de força de nado atado e suas relações com o movimento de respiração do atleta de Triathlon Paralímpico Carlos Viana, Tetra campeão Brasileiro de Paratriathlon e destaque em resultados internacionais (3rd lugar em 2017 Edmonton ITU World Paratriathlon Series, 2nd lugar em 2017 Gold Coast ITU World Paratriathlon Series, 2nd lugar em 2017 Sarasota CAMTRI Paratriathlon American Championships). O atleta mede 1,62 m de altura, pesa 63,8 kg e possui 7 % de gordura corporal e se enquadra na categoria PTS5 na categorização funcional para o esporte Paralímpico, ou seja, possui amputação pouco abaixo do cotovelo esquerdo. O método do nado atado foi empregado para avaliar o atleta, ou seja, com a utilização da dinamometria foi possível descrever as variáveis dinâmicas da força da braçada por meio de célula de carga da CEFISE®. Os dados de força obtidos foram coletados durante o nado crawl em um protocolo de duas execuções máximas de 30 segundos, sendo uma utilizando somente a respiração de preferência do atleta (respiração para o lado direito) e após intervalo de 3 minutos a segunda tentativa de 30 segundos foi utilizando a respiração para o lado esquerdo. Os valores médios de força, picos de força, e coeficiente de variação foram descritas e comparadas entre as duas tentativas. Os resultados encontrados mostraram mais eficiência na respiração para o lado esquerdo, ou seja, os níveis de força do atleta foram maiores em 4% na média de força quando realizou o teste respirando para este lado. Já em relação à Força Máxima os níveis de foram maiores em 7%. O coeficiente de variação também foi melhor com a respiração para o lado esquerdo, ou seja, 6% menor em comparação com a respiração para o lado direito. Estes resultados indicam melhor eficiência de nado com a respiração para o lado esquerdo, no entanto, sugerem-se reavaliações para afirmações mais conclusivas.

E-mail: fteixeira@sesisp.org.br