

## Influência de diferentes sistemas táticos sobre a intensidade de esforço e a fadiga de jogadores de futebol da categoria sub-17

*Araujo, K.S.; Santos, D.; Costa, L.R.; Castro, E.R.; Motta, L.R.; Ramos, B.; Berzoti, A.I.; Queiroz, M.S.*

*Universidade de Franca, Franca, Brasil.*

O jogo de futebol é caracterizado como um esporte de alta intensidade com curtos intervalos de recuperação, contudo tem sido alvo de diversas pesquisas com a finalidade de promover uma evolução da performance individual e coletiva, sendo assim, parâmetros de mensuração de carga durante o jogo vem sendo analisados para evoluir o desempenho dos atletas. O objetivo deste estudo foi avaliar a influência de diferentes sistemas táticos sobre a intensidade de esforço (IE), potência e fadiga em 10 jogadores de futebol com média de idade de 16,6 ( $\pm 0,5$ ) anos, 62,5 ( $\pm 4,96$ ) kg, 176 ( $\pm 0,07$ ) cm, 16,60 ( $\pm 2,20$ ) % de gordura. Foram avaliados dois sistemas táticos 1-4-4-2 (S-1) e 1-4-3-3 (S-2) durante jogos simulados de 40 minutos respeitando o intervalo de 48 horas entre os testes. Os atletas foram divididos em dois grupos composto por cinco jogadores das posições meio campo (MC=5) e atacante (AT=5). A frequência cardíaca (FC) foi monitorada através de monitores cardíacos (Firstbeat®) e os dados coletados foram analisados utilizando o software "Firstbeat Sports", a FC máx obtida foi o maior valor da FC registrado durante os jogos. Para quantificar os valores de potência máxima (Pmáx.) e potência mínima (Pmín) foi utilizado o teste de corrida anaeróbia RAST (*Running-based anaerobic sprint test*) em três momentos: T1– teste basal, T2 – teste pós (S-1), T3 – teste pós (S-2). Os valores de FC registrada nos jogos não demonstraram diferenças significativas quando comparado 1-4-4-2 x 1-4-3-3 (FCmáx S-1= 189.4  $\pm$  8.18 e S-2= 193.6  $\pm$  5.13 bpm) ( $p < 0,151$ ). A FC média registrada no S-1 foi 162.6  $\pm$  7.23 e S-2 = 164.3  $\pm$  9.64 bpm ( $p < 0,711$ ). Os valores de potência não apresentaram alterações significativas quando comparadas nos três momentos (T1, T2, T3). Houve um aumento significativo nos valores do índice de fadiga entre os momentos T1 e T2 (\* $p < 0,05$ ). Os dados foram analisados através do teste estatístico não paramétrico de Friedman. Foi adotado nível de significância de  $p < 0,05$ . Os resultados obtidos nesta pesquisa demonstram que ambos os sistemas táticos estudados apresentaram respostas semelhantes da FC e não foram capazes de alterar os valores de potência máxima e mínima nos jogadores. Apenas o sistema tático 1-4-4-2 apresentou um aumento do índice de fadiga quando comparado com o valor basal. Neste sentido, sugerimos que os jogos simulados podem ser considerados como métodos de treinamento.

E-mail: kevin.fisiologia@gmail.com