



CORRELAÇÃO ENTRE A MANIFESTAÇÃO DA FORÇA, VELOCIDADE DE DESLOCAMENTO E PERCENTUAL DE GORDURA EM JOVENS PRATICANTES DA MODALIDADE ATLETISMO.

Maria Luísa Seragi Virgílio¹
Ricardo Antonio D'Ángelo²
Leticia Cristina Soares Barboza Velido³
Tiago Florencio Bueno⁴
Evandro Lázari⁵

Introdução Considerada uma modalidade importante e o esporte base para outras modalidades, o atletismo é fonte de diversos estudos e pesquisas na área do treinamento esportivo. Relacionar testes de potência com a velocidade se torna importante para entender a interdependência entre as capacidades. Os testes de saltos verticais e horizontal são utilizados para medir a força e a potência muscular de membros inferiores, enquanto o percentual de gordura corporal está relacionado com a composição corporal. Já as provas de velocidade exigem uma combinação de força, potência e capacidade anaeróbia. Os resultados são avaliados sem considerar outras variáveis, como técnica de corrida, força muscular, flexibilidade, entre outras. **Metodologia** 50 atletas masculinos, praticantes de atletismo há pelo menos um ano, com frequência semanal de três sessões de treinamento e da faixa etária de 15 a 18 anos, foram submetidos a avaliações de velocidade em 50m, saltos verticais (*Squat Jump (SJ)* e *Countermovement Jump (CMJ)*), salto horizontal (salto em distância parado) e composição corporal pela equação de Slaughter. Foi utilizada a análise de correlação de Spearman para medir o grau de associação entre duas ou mais variáveis, através do software Graphpad Prism 8.0.1. **Resultados** Após a análise dos dados encontrou-se correlação significativa entre a velocidade e todas as três variações de saltos realizadas, sendo $r = -0,869$ para velocidade e salto horizontal, $r = -0,874$ para o SJ e $r = -0,862$ para o CMJ. Os valores negativos obtidos indicam uma correlação inversamente significativa, ou seja, quanto maior o valor obtido na distância dos saltos, menor o tempo obtido na velocidade. O mesmo teste foi realizado utilizando a composição corporal e os indicadores de potência e força neuromuscular, apresentando um valor de correlação moderado para todos, sendo $r = 0,664$ entre composição corporal e velocidade, $r = -0,564$ para composição corporal e salto horizontal, $r = -0,474$ para composição corporal e *Squat jump* e por fim, $r = -0,456$ entre composição corporal e *Countermovement jump*. **Conclusão** Através dos testes realizados foi possível concluir que a velocidade e os saltos se associam fortemente, corroborando com o que já é trazido na literatura, demonstrando dessa forma que para obtenção de maior velocidade é importante que haja uma atuação conjunta de distintas capacidades físicas, incluindo a expressão da potência e a força muscular, aferidas através do desempenho nos saltos. Já a respeito da composição corporal, concluiu-se que não é um fator determinante para o desempenho, seja na velocidade ou na potência dos saltos. Dessa forma, observamos que as capacidades físicas se relacionam positivamente para a melhora no

¹ Graduanda do curso de Ciências do Esporte da Faculdade de Ciências Aplicadas - UNICAMP, m202867@dac.unicamp.br;

² Doutor pela Faculdade de Educação Física – UNICAMP, radangelo3@gmail.com;

³ Graduada do curso de Educação Física - Anhanguera, leticia.cristina@hotmail.com;

⁴ Graduado do curso de Educação Física - Anhanguera, florenciobueno@uol.com.br;

⁵ Professor orientador: doutor, Faculdade de Educação Física - UNICAMP, elazari@unicamp.br.



desempenho, quando comparado à relação com a composição corporal. Com o observado no presente estudo, podemos, de forma prática, utilizar o treinamento de saltos e potência nas sessões de treinamento, tendo como finalidade a melhora do desempenho na modalidade.