



## CORRELAÇÃO ENTRE A MASSA MAGRA E COMPONENTES DE PERFORMANCE EM ATLETAS DAS CATEGORIA SUB-10 A SUB-13 DE FUTEBOL DE CAMPO

Osvaldo D. Siqueira, Luiz A. B. Crescente, Daniel C. Garlipp  
Universidade Luterana do Brasil (ULBRA/Canoas)

### Introdução

O treinamento físico é parte fundamental no que tange o aumento no desempenho das capacidades físicas nos esportes coletivos.

### Objetivo

Avaliar o nível de correlação entre a massa magra de atletas das categorias sub-10, sub-11, sub-12 e sub-13 de futebol de campo e a performance em testes de velocidade, flexibilidade, força explosiva de membros inferiores e capacidade aeróbia.

### Material e Métodos

Foram avaliados um total de 128 atletas das categorias sub-10, sub-11, sub-12 e sub-13 de futebol de campo de um clube do Rio Grande do Sul. Quanto as avaliações antropométricas foram avaliadas a estatura (cm), peso (kg), percentual de gordura e percentual de massa magra. As componentes da performance foram a velocidade a partir das corridas de 15 e 30 metros (s), a força explosiva de membros inferiores a partir do teste do salto horizontal (cm), a capacidade aeróbia a partir do teste do Yo-Yo ( $VO_2$  máx) e a flexibilidade medida com a utilização do teste de sentar-e-alcançar (cm). Para a análise descritiva foram utilizados os valores de média e desvio padrão. Para a estatística inferencial foi utilizada a Correlação de Pearson. O programa estatístico utilizado foi o SPSS 20.0. Nível de significância adotado de 5%.

### Resultados

Tabela 1. Valores de correlação entre o percentual de massa magra e as componentes da performance avaliadas.

Variáveis	Sub-10	Sub-11	Sub-12	Sub-13
Velocidade em 15 metros (s)	r=-0,458 p=0,037	r=-0,685 p=0,001	r=-0,437 p=0,037	r=-0,420 p=0,058
Velocidade em 30 metros (s)	r=-0,581 p=0,007	r=-0,601 p=0,004	r=-0,545 p=0,007	r=-0,217 p=0,344
Força explosiva de membros inferiores (cm)	r=0,115 p=0,620	r=-0,214 p=0,379	r=0,209 p=0,350	r=0,219 p=0,327
Capacidade aeróbia ( $ml.kg.min^{-1}$ )	r=0,439 p=0,020	r=0,112 p=0,571	r=0,017 p=0,934	r=0,235 p=0,238
Flexibilidade (cm)	r=0,277 p=0,171	r=0,425 p=0,024	r=0,655 p=0,000	r=0,229 p=0,251

### Conclusão

A massa corporal magra é capaz de influenciar a velocidade nas categorias sub-10, sub-11 e sub-12, a força explosiva de membros inferiores na categoria sub-10, a capacidade aeróbia nas categorias sub-11 e sub-12. A não influência da massa corporal nas componentes da performance na categoria sub-13 pode ser devido à homogeneidade das respostas, nos testes aplicados, entre os atletas.

### Referências

LAFIMED - Laboratório de Fisiologia e Medicina do Exercício. prof.osvaldosiqueira@gmail.com