



**XXIV**  
**Mostra**  
**de Iniciação**  
**Científica**

**SEMANA DO**  
**CONHECIMENTO**

A Universidade em movimento

De **7 a 10** de outubro de 2014



## **RESUMO**

### **COMPARAÇÃO DO EQUILÍBRIO MUSCULAR DE ATLETAS DE FUTEBOL CATEGORIA SUB-15**

**AUTOR PRINCIPAL:**

Rafael Loss

**E-MAIL:**

rafaloss31@gmail.com

**TRABALHO VINCULADO À BOLSA DE IC::**

Não

**CO-AUTORES:**

Cleiton Chiamonti Bona

**ORIENTADOR:**

Cleiton Chiamonti Bona

**ÁREA:**

Ciências Biológicas e da Saúde

**ÁREA DO CONHECIMENTO DO CNPQ:**

4.09.00.00-2 EDUCAÇÃO FÍSICA

**UNIVERSIDADE:**

Universidade de Passo Fundo - UPF - RS

**INTRODUÇÃO:**

Por sua vez Dvir ressalta que a mais de duas décadas a Dinamometria Isocinética vem sendo utilizada em conjunto com exercícios físico para avaliar quantitativamente a performance muscular de atletas. A força e equilíbrio dos membros inferiores para estes atletas são fundamentais, asseguram seu desempenho e segurança, estes, estão expostos a lesões, sejam elas por contato, em disputas com demais atletas, em decorrência de treinos ou apenas por movimentos que compõem o futebol. Segundo Fonseca et al. (2007) um dos fatores intrínsecos responsáveis por desencadear lesões é o desequilíbrio muscular, principalmente da musculatura dos joelhos, no caso de perfeito equilíbrio entre os membros e entre extensores/flexores, este risco se limita apenas ao contato.

**METODOLOGIA:**

Compuseram o estudo 20 atletas do sexo masculino de futebol da categoria sub-15 com média de idade de  $14,6 \pm 0,5$ , peso  $60,9 \pm 10,7$  e estatura  $1,69 \pm 8,6$ . Os mesmos realizaram a avaliação Isocinética da articulação do joelho, com movimento de flexão e extensão unilaterais de cada membro.

## RESULTADOS E DISCUSSÕES:

Conforme tabela acima, percebeu-se que os atletas da categoria Sub-15 de futebol na avaliação de flexão e extensão de joelho no Isocinético em 60°/s estão bem equilibrados no movimento de extensão, sendo na direita uma média de PT e desvio Padrão de 191,7Nm±47,9 e esquerda 198,3Nm±42,9 o que ocasionou um déficit de 9,4%±6,0 o que está dentro do recomendado (10%). Já nos flexores houve uma pequena diferença entre direita e esquerda o que ocasionou um déficit de 12,3%±9,6, acima do recomendado, fato este que dos 20 atletas avaliados, 10 sujeitos estavam com o déficit acima dos 10%. Ou seja, 70 % atletas no movimento de extensão estão dentro da faixa recomendada, 30% estão risco de lesão e 10% estão com provável lesão. Já no movimento articular de flexão de joelho, 40% dos atletas estão dentro da faixa recomendada, os que estão com risco de lesão representam 50% e apenas 10% possuem prováveis lesões.

## CONCLUSÃO:

Conforme os resultados apresentados o grupo de jogadores da categoria sub-15 de futebol apresentam um bom equilíbrio muscular na maioria dos movimentos agonistas e antagonistas de joelho, ou seja, na flexão e na extensão. Fato que pode sofrer interferências internas e externas conforme a especificidade do treinamento com o passar do tempo.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

DVIR, Z. Isocinética e Avaliações Musculares, Interpretações e Aplicações Clínicas. São Paulo: Editora Manole Ltda, 2002.

FONSECA, Sérgio T. da et al. Caracterização da performance muscularem atletas profissionais de futebol. Revista Brasileira de Medicina do Esporte. V. 13, n 3, 2007.

## INSIRA ARQUIVO.IMAGEM - SE HOVER:

### Movimento Articular de Joelho no Isocinético

	<i>Ext.Dir.60</i>	<i>Ext.Esq.60</i>	<i>DEFICIT</i>	<i>Flex.Dir.60</i>	<i>Flex.Esq.60</i>	<i>DEFICIT</i>
Média e D.P.	191,7Nm±47,9	198,3Nm±42,9	9,4%±6,0	100,8Nm±21,8	92,2Nm±19,1	12,3%±9,6

\_\_\_\_\_  
Assinatura do aluno

\_\_\_\_\_  
Assinatura do orientador