



Decréscimo da resistência de força em judocas jovens em situação competitiva

Olívio Junior JA^{1,2}, Tavares Junior AC¹, Roveroni PA², Beretta Filho, LA², Silva, CS¹, Drigo, AC¹
1 – UNESP, 2 – Projeto Kimono de Ouro.

Monitorar o desempenho esportivo em situação competitiva permite aos treinadores ter uma compreensão maior da realidade competitiva. Compreender qual fator é determinante para o desempenho em cada modalidade esportiva seria ideal, mas em uma modalidade de características abertas como o Judô, no qual muitos fatores determinam a performance torna esta tarefa desafiadora. Dentre as características importantes da luta, a resistência de força tem papel fundamental, sobretudo a força isométrica de membros superiores, uma vez que o controle do espaço entre os oponentes oportuniza as ações técnicas e táticas. Assim, o objetivo deste trabalho foi verificar o quanto esta variável é influenciada por uma competição. Metodologia: 25 atletas masculino 17 ± 1 anos 70 ± 15 kg, 13 atletas feminino 17 ± 1 anos, 60 ± 9 kg, ambos grupos com nível mínimo estadual. Os atletas foram submetidos a duas avaliações de força isométrica (T1 e T2), por meio de tempo de permanência (s) em barra suspensa segurando no judogi (Franchini et al, 2004). A T1 se deu após cinco minutos de aquecimento geral e o T2 se deu após uma competição simulada. A competição foi padronizada por categoria de peso, cada atleta fez três lutas de quatro minutos com intervalo de 16 minutos entre as lutas e a segunda coleta foi realizada entre um e três minutos após o final da competição. Resultados: Masculino T1= 45 ± 17 s e T2= 35 ± 16 s; Feminino T1= 27 ± 14 s e T2= 21 ± 11 s. O desempenho no Grupo Masculino foi melhor que o feminino tanto em T1 quanto em T2. Entretanto, apesar de tendência de queda de resistência força isométrica para ambos, apenas a categoria masculina teve uma queda relevante após a competição ($P < 0,05$). Conclusão: Para esse estudo apenas a categoria masculina teve queda significativa dos níveis de resistência de força isométrica. Sugere-se para futuros estudos, comparação dessa variável com atletas de níveis competitivos distintos, buscando correlações desta variável com o desempenho competitivo. Indica-se ainda observar o decréscimo e recuperação da variável entre cada luta em competição.

E-mail: oliviojudo@yahoo.com.br