

PERFIL DE DESEMPENHO NO SALTO VERTICAL EM ACADÊMICOS DE ENSINO SUPERIOR

Orientadores: ZAWADZKI, Patrick

PAGLIARI, Paulo

Pesquisadora: COLOSSI, Iully Anne Lermen

Curso: Educação Física

Área do conhecimento: Área das Ciências da Vida

A função principal do tecido muscular humano é produzir movimento. Sua importância é perceptível pelas diversas capacidades motoras que é capaz de executar, motivo que denota relação tanto na saúde quanto no desempenho atlético de um indivíduo. Concretamente, neste estudo, trata-se sobre uma capacidade em especial, a força. Esta, conceitualmente, é definida como a alteração ou tendência de alteração do estado de repouso ou de movimento de uma situação resultante da ação muscular. Com o tema de avaliar a força explosiva de acadêmicos do ensino superior, estabeleceu-se, neste estudo, como objetivo, confeccionar um perfil de rendimento no salto dos acadêmicos, por meio do protocolo de salto com contramovimento. Participaram do estudo 85 acadêmicos (46 mulheres e 39 homens), de seis cursos diferentes, selecionados entre as primeiras e as últimas fases de cada curso. Foi utilizada uma plataforma de contatos para aferir a altura do salto e a potência produzida. Os resultados encontrados subdividem-se em três categorias. A primeira categoria expressa o resultado por sexo, em que o resultado principal mostrou valores de altura do salto e potência mais elevados nos homens (altura $m=32,57\text{cm}$, $dp=7,56$; potência $m=457,03\text{W}$, $dp=86,85$) quando comparados às mulheres (altura $m=19,61\text{cm}$, $dp=4,34$; potência $m=294,38\text{W}$, $dp=53,02$). Na segunda categoria, evidenciou-se uma média de altura do salto de $27,52\text{cm}$ ($dp=8,46$) e da potência de $394,72\text{W}$ ($dp=94,99$) para ativos e de $23,55\text{cm}$ ($dp=8,87$) e $342,60\text{W}$ ($dp=114,23$) para sedentários. Dois subgrupos foram criados a partir da experiência relatada dos participantes com o salto: um chamado de familiarizado ao salto e outro de não familiarizado ao salto. Acadêmicos familiarizados com o salto apresentaram maior índice de altura e potência de salto. Os resultados encontrados para o grupo de familiarizados foram, para a altura do salto $m=28,05\text{cm}$ ($dp=9,21$), e para a potência do salto $m=402,13$ ($dp=125,96$). E, para o grupo de não familiarizados, para a altura do salto $m=24,13$ ($dp=8,38$), e para a potência do salto $m=350$ ($dp=91,32$). Valores de referência foram criados com subcategorias por sexo, ativos e sedentários, familiarizados ou não com o salto, e também com índices por cursos. Esses resultados podem difundir a avaliação do salto não apenas para aquelas populações em que esse teste serve somente como indicador de rendimento esportivo mas também para aquelas em que possa servir como um indicador de saúde.

Palavras-chave: Salto vertical. Acadêmicos. Perfil. Força explosiva. Saúde.

patrick.zawadzki@unoesc.edu.br

paulo.pagliari@unoesc.edu.br

iully_anne@live.com