

IMPULSÃO VERTICAL: COMPARAÇÃO ENTRE SALTAR E ALCANÇAR, COM SENSORES A LASER

NOGUEIRA, W. J. ¹, GULLO, M.M. ¹, FERRARI, L.S. ¹, MONTEBELO, M. I. L. ¹, LEME, M. L. A. ¹, GONELLI, P.R.G. ¹, CESAR, M.C. ¹, PELEGRINOTTI, I. L. ¹.

¹ Universidade Metodista de Piracicaba – UNIMEP
Faculdade de Ciências da Saúde - Facis

Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico - CNPq

RESUMO

Introdução: O salto vertical é uma habilidade motora importante para a realização de atividades cotidianas de locomoção, como também faz parte do desempenho esportivo, sendo considerada habilidade básica em alguns esportes e secundária em outros. No desporto, o salto vertical é um método indireto de avaliar a potência dos membros inferiores e para que uma avaliação seja eficiente, adotam-se variações de procedimentos de saltos, saltos únicos e intermitentes. A avaliação da força explosiva é indispensável no planejamento de treino de atletas de diversas modalidades esportivas; por permitir a identificação de valores de potência muscular em diferentes grupos; esportistas ou pessoas comuns, que buscam avaliar o desenvolvimento da força explosiva e acompanhar a evolução dentro de um período de treinamento ou até mesmo comparar valores de potência entre diferentes faixas etárias. Os métodos de avaliação do salto vertical diferem em saltos com e sem o contra movimento (que é o ciclo encurtamento e alongamento das fibras musculares), com e sem o auxílio dos membros superiores. **Objetivo:** O estudo teve o objetivo de comparar dois métodos de avaliação do salto vertical, o teste de impulsão vertical de altura máxima alcançada e o teste de impulsão vertical avaliada por sensores a laser. **Materiais e métodos:** Foram avaliados vinte e três jovens atletas da modalidade de atletismo, com idade entre 14 e 16 anos. Os atletas foram submetidos a dois procedimentos distintos de avaliação do salto vertical, teste de impulsão vertical com altura máxima alcançada e o teste de impulsão vertical com sensores a laser, utilizando o mesmo protocolo de salto, que é o salto sem contra movimento e sem a utilização dos membros superiores. Foi feita a análise descritiva dos dados, média e desvio padrão. Para observar a normalidade da população foi aplicado o teste Shapiro-wilk, posteriormente foi aplicado o teste “t” de Student para comparação entre os métodos de avaliação. O programa estatístico utilizado foi o Bioestat 5.0. **Resultados:** Pode-se observar uma

diferença na altura dos saltos verticais alcançados pelos diferentes métodos, o teste de impulsão vertical com máxima altura alcançada obteve valores médios de $36,84 \pm 6,49$ cm, que foram maiores que o teste de impulsão vertical com sensores de laser que apresentou valores médios de $31 \pm 5,66$ cm. A média da diferença alcançada na altura dos saltos na comparação entre os dois procedimentos foi de 5,84 cm. **Discussão:** A diferença encontrada no presente estudo pode justificar-se pela metodologia aplicada na avaliação dos saltos, uma vez que o teste de impulsão vertical com máxima altura alcançada oferece a possibilidade de um estímulo de alcance maior permitindo o alcance máximo com as falanges distais no alongamento do membro superior na fase positiva do salto. Já a avaliação com sensores de laser aborda o movimento do salto vertical de forma restrita com foco no salto.

Palavras-chave: Métodos de avaliação, salto vertical, atletas.