



XXXV SALÃO de INICIAÇÃO CIENTÍFICA

6 a 10 de novembro

Evento	Salão UFRGS 2023: SIC - XXXV SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UFRGS
Ano	2023
Local	Campus Centro - UFRGS
Título	Análise do comportamento do índice de força reativa em jogadores sub-17 de futebol após treinamento pliométrico específico durante o período competitivo
Autor	ENZO GUERRA GRIGÔLO
Orientador	LUIZ FERNANDO MARTINS KRUEL

O futebol é um esporte decidido em ações de alta intensidade, exigindo que os jogadores possuam bons níveis de força e potência, sendo o treinamento pliométrico uma importante alternativa de treinamento bastante específico para a modalidade. O índice de força reativa (RSI) é um meio de indicar a reatividade dos atletas, sendo uma de suas fórmulas de cálculo a divisão do tempo de contato pelo tempo aéreo. O presente estudo objetivou comparar as diferenças entre dois modelos de treinamento pliométrico com barreiras altas (50cm) e baixas (25cm), no índice de força reativa de jogadores de futebol da categoria sub- 17. Vinte e oito jogadores de futebol (idade: $16,20 \pm 0,60$ anos; estatura: $171,42 \pm 9,12$ cm; massa corporal: $64,66 \pm 6,91$ kg) divididos em dois grupos, participaram do estudo, que teve duração total de 6 semanas, onde foram realizadas duas sessões semanais de treinamento pliométrico (36 a 72 saltos por sessão). Foram realizadas avaliações dos saltos *Drop Jump* (DJ) nas alturas de 20 e 40 centímetros. As avaliações ocorreram nos momentos 1 e 2 (pré e pós intervenção). Foram utilizadas equações de estimativas generalizadas (GEE), com teste post-hoc de Bonferroni. A análise dos dados foi feita através do programa de computador SPSS 21.0 (IMB, Chicago, EUA). O nível de significância adotado foi $\alpha < 0,05$. Foi encontrada uma mudança significativa do pré para o pós ($p=0,027$), nos valores de RSI para a altura do DJ20cm nos grupos de ambas as alturas de barreira (50cm pré: $1,60 \pm 0,46$; 50cm pós: $1,71 \pm 0,49$; 25cm pré: $1,46 \pm 0,49$; 25cm pós $1,76 \pm 0,48$). Isso não foi verificado para os valores de RSI obtidos a partir do DJ40cm ($p=0,190$) em nenhum dos grupos (50cm pré: $1,46 \pm 0,49$; 50cm pós: $1,70 \pm 0,42$; 25cm pré: $1,60 \pm 0,51$; 25cm pós: $1,66 \pm 0,43$). Dessa forma, é possível notar que o RSI teve mudanças positivas e significativas na altura do DJ20cm pós intervenção em atletas sub-17.