

**PERFIL ANTROPOMÉTRICO DA EQUIPE DE FUTSAL FEMININO
DA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE PELOTAS****Maurício Lobo Giusti¹, Graciele Ferreira de Ferreira¹, Márcia Morschbacher¹
Gabriela Barreto David¹, Mariana Otero Xavier¹, Mariane de Sá Britto Morales¹
Ravena Swoboda Antunez¹****RESUMO**

O presente estudo foi realizado de forma descritiva e objetivou determinar o perfil antropométrico das atletas da equipe de futsal feminino da Universidade Católica de Pelotas e como objetivo específico a descrição do perfil antropométrico por posições das atletas, que foram divididas em: goleiras, fixas, alas e pivôs. As variáveis mensuradas foram idade, estatura, peso, percentual de gordura, massa corporal gorda, massa corporal magra e IMC. Os resultados encontrados foram: média geral de idade de $22,56 \pm 3,77$ anos, média geral de estatura $1,64 \pm 7,2$ cm, massa corporal média de $61,98\text{kg} \pm 11,41\text{kg}$, percentual de gordura médio de $19,79\% \pm 6,62\%$, média geral de massa corporal gorda de $12,82\text{kg} \pm 7,35\text{kg}$, média geral de massa corporal magra de $49,16\text{kg} \pm 6,16\text{kg}$ e média geral de IMC de $22,77\text{kg}/\text{m}^2 \pm 3,43\text{kg}/\text{m}^2$. Nos resultados encontrados de acordo com as posições das atletas foi possível perceber que a maior média de massa corporal, IMC, percentual de gordura e massa gorda se deu na categoria das goleiras. Em contrapartida, as alas apresentaram os menores resultados quando avaliados sob os mesmos índices. E a maior média de estatura ficou na categoria das fixas. A partir da descrição dos resultados encontrados, considera-se pertinente indicar que a caracterização do perfil antropométrico de atletas representa um importante instrumento para o planejamento, acompanhamento e avaliação do processo de treinamento, sempre respeitando as limitações e a realidade de regime de cada equipe.

Palavras-chave: futsal; perfil antropométrico; desempenho.

1-Grupo de Estudos em Futsal (GEF) da Universidade Católica de Pelotas (UCPel)

ABSTRACT

Anthropometric profile of futsal team ladies the Catholic University Pelotas

The study was conducted descriptively and aimed to determine the anthropometric profile of athletes from women's soccer team at UCPEL and the specific objective was the description of the anthropometric profile of athletes for positions, which were divided into: goalkeepers, fixed wings and pivots. The variables measured were age, height, weight, body fat percentage, body fat mass, lean body mass and BMI. The results were: overall mean age of 22.56 ± 3.77 years, median overall height of 1.64 ± 7.2 cm, mean weight of 61.98 kg ± 11.41 kg, average fat percentage of $19.79\% \pm 6.62\%$, overall mean fat body mass of 12.82 kg ± 7.35 kg, mean overall lean body mass of 49.16 kg ± 6.16 kg and overall average BMI of 22.77 kg / $\text{m}^2 \pm 3.43$ kg / m^2 . In the results according to the positions of the athletes it was revealed that the highest average body mass, BMI, body fat percentage and fat mass occurred in the category of goalkeepers. In contrast, the wards had the lowest results when evaluated under the same rates. And the highest average height was in the fixed category. From the description of the results, it is considered appropriate to indicate that the characterization of the anthropometric profile of athletes is an important tool for planning, monitoring and evaluating the training process, while respecting the limitations and reality for each team.

Key words: Futsal, anthropometric profile, performance.

Maurício Lobo Giusti
Email: mlobogiusti@hotmail.com

INTRODUÇÃO

Na prática esportiva de alto nível a busca pela melhora de desempenhos e de resultados é constante e envolve diversas áreas do conhecimento (Queiroga, Ferreira, Romanzini, 2005).

De acordo com Avelar e colaboradores (2008) a composição corporal dos atletas é muito importante e quando acompanhada, contribui significativamente para alcançar e manter um melhor nível de rendimento.

Segundo Tenroller (2004), no esporte de competição, o controle das variáveis antropométricas é um excelente aliado na elaboração dos treinamentos físicos e técnicos com o importante objetivo de adquirir o máximo de desempenho.

Informações sobre as características dos atletas e os efeitos do treinamento sistematizado contribuem cada vez mais para o desenvolvimento da modalidade, fazendo com que os diferentes profissionais envolvidos planejem o treinamento de acordo com as necessidades individuais e coletivas, visando a otimização do rendimento esportivo (Avelar e colaboradores, 2008).

O projeto de Futsal Feminino da Universidade Católica de Pelotas iniciou a temporada de treinamento em março de 2011 com 16 atletas no plantel, todos os estudantes da instituição, com treinos sendo realizadas cinco vezes por semana. A equipe disputou seis competições ao longo do ano, dentre elas o Campeonato Estadual adulto feminino da Federação Gaúcha de Futebol de Salão.

Ressalta-se que durante o ano de 2011 as atletas foram submetidas a diversas avaliações, com o objetivo de observar e analisar possíveis alterações nos perfis antropométricos no decorrer da temporada. Tendo em vista tais aspectos, o presente estudo objetivou determinar o perfil antropométrico das atletas da equipe de futsal feminino da Universidade Católica de Pelotas ao final da temporada de 2011.

Como objetivo específico, após o estabelecimento do perfil antropométrico geral das atletas, procurou-se descrever um segundo perfil, levando-se em consideração a posição em quadra.

MATERIAIS MÉTODOS

Tratou-se de um estudo descritivo, no qual foram utilizados os dados coletados ao final da temporada do ano de 2011.

A amostra foi constituída por 16 atletas da equipe de futsal feminino da Universidade Católica de Pelotas, em atenção aos serviços éticos em pesquisa todas as atletas assinaram o Termo de Consentimento Esclarecido para participarem da pesquisa.

Para o estabelecimento do perfil antropométrico das atletas que compunham a amostra, consideraram-se as seguintes variáveis: idade, massa corporal, estatura, percentual de gordura, massa corporal gorda e massa corporal magra.

As variáveis de peso e estatura foram aferidas com balança e estadiômetro acoplado marca *Filizolla* com precisão de 0,1kg e 0,1cm, respectivamente.

As dobras cutâneas foram verificadas com adipômetro marca *Cescorf* e o percentual de gordura foi calculado de acordo com o protocolo de três dobras proposto por Guedes (1985).

Para o cálculo do Índice de Massa Corporal foi utilizada a referência da Organização Mundial da Saúde (1995), sendo: baixo peso $IMC < 18,5\text{kg/m}^2$; eutrofia IMC entre $18,5\text{kg/m}^2$ e $24,9\text{kg/m}^2$; sobrepeso, IMC entre 25kg/m^2 e $29,9\text{kg/m}^2$; e obesidade $IMC \geq 30\text{kg/m}^2$. Os dados foram analisados no programa Microsoft Office Excel 12.0, versão 2007.

As médias de idade, peso, estatura, percentuais de gordura, IMC , massa corporal gorda e massa corporal magra das atletas foram associadas às posições do futsal, divididas em quatro categorias: goleiras, alas, fixas e pivôs.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados encontrados são apresentados em dois momentos: primeiramente, o estabelecimento do perfil antropométrico geral da equipe de futsal feminino da Universidade Católica de Pelotas e, em seguida, o desdobramento desse perfil, considerando a posição desempenhada pelas atletas (tabela 1).

No que se refere ao perfil antropométrico geral, obteve-se os seguintes resultados: encontrou-se uma média de idade

Revista Brasileira de Futsal e Futebol

ISSN 1984-4956 *versão eletrônica*

Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício

www.ibpex.com.br / www.rbff.com.br

de $22,56 \pm 3,77$ anos; a massa corporal média das atletas foi $61,98 \text{ kg} \pm 11,41 \text{ kg}$; a estatura média foi de $1,64 \text{ cm} \pm 7,2 \text{ cm}$; o percentual de gordura médio foi de $19,79\% \pm 6,62\%$ e a média geral de IMC foi $22,77 \text{ kg/m}^2 \pm 3,43 \text{ kg/m}^2$.

A média geral de massa corporal gorda das atletas foi $12,82 \text{ kg} \pm 7,35 \text{ kg}$,

enquanto que a média geral de massa corporal magra foi $49,16 \text{ kg} \pm 6,16 \text{ kg}$.

Os resultados encontrados de acordo com a posição desempenhada pelas atletas estão expostos na tabela 1.

Tabela 1 - Características antropométricas das atletas de futsal de acordo com a posição.

Variáveis	Goleiras (3)	Alas (6)	Fixas (3)	Pivôs (4)
Idade (anos)	$24,0 \pm 4,0$	$22,33 \pm 2,65$	$22,33 \pm 6,65$	$22,0 \pm 4,04$
Massa corporal (kg)	$69,16 \pm 18,70$	$54,46 \pm 5,40$	$69,10 \pm 10,09$	$62,55 \pm 7,01$
Estatura (cm)	$164 \pm 5,2$	$161 \pm 4,01$	$168 \pm 4,9$	$167 \pm 4,5$
IMC (Kg/m²)	$25,59 \pm 6,14$	$20,95 \pm 1,73$	$24,29 \pm 2,10$	$22,26 \pm 2,14$
Percentual de gordura (%)	$28,37 \pm 11,92$	$16,42 \pm 2,40$	$20,53 \pm 2,66$	$17,84 \pm 3,29$
Massa gorda (Kg)	$21,05 \pm 14,64$	$9,03 \pm 2,08$	$14,35 \pm 3,98$	$11,17 \pm 2,73$
Massa magra (Kg)	$48,11 \pm 5,25$	$45,42 \pm 3,47$	$54,74 \pm 6,15$	$51,37 \pm 4,51$

De acordo com os resultados, foi possível perceber que a maior massa corporal, IMC, percentual de gordura e massa gorda se deu na categoria das goleiras. Em contrapartida, as alas apresentaram os menores resultados quando avaliados sob os mesmos índices. As atletas que tiveram a maior estatura média foram as que atuam como fixas.

O índice de massa corporal é muito utilizado para avaliação do estado nutricional de populações em geral por ser um método simples, de fácil obtenção e padronização das medidas, por ser pouco invasivo e apresentar alta correlação com a gordura corporal, além de não necessitar de comparação com curvas de referência. Apesar de suas vantagens, sabe-se que o IMC como método de avaliação também possui algumas limitações como, por exemplo, não informar o padrão de deposição de gordura corporal ou não analisar relação com a proporcionalidade do corpo; sendo que em atletas, em decorrência do maior acúmulo de massa muscular, o IMC pode estar superestimado (Sisvan, 2004).

Segundo Green (1992), as variáveis antropométricas permitem aos técnicos e pesquisadores da área do esporte avaliar,

modificar e prescrever programas de treinamento.

O programa de treinamento varia de acordo com cada comissão técnica, podendo ser mantido ou alterado de acordo com os resultados encontrados nas avaliações ao longo da temporada.

Segundo essa linha, Oliveira (2008) afirma que o treinamento físico deve ser periodizado de acordo com os objetivos pré-estabelecidos pela comissão técnica. Sob essa perspectiva, salienta-se, ainda, que os objetivos dos programas de treinamentos devem respeitar as limitações e a realidade de regime de cada equipe (profissional, semiprofissional, amador, escolar, etc.), bem como os níveis exigidos pelos profissionais responsáveis pela preparação física.

Observa-se que o percentual de gordura representa uma variável muito importante no que se refere ao desempenho atlético.

Essa evidência é confirmada no estudo de Tricoli e colaboradores (1994), o qual afirma que o futsal é uma modalidade que envolve a execução de deslocamentos rápidos, saltos e mudanças de direção, sendo que o excesso de peso corporal sob a forma de gordura pode causar um prejuízo no

rendimento. Entretanto, valores ótimos de adiposidade são difíceis de serem definidos, podendo estar relacionados com a posição que ocupam em quadra (Campeizi, Oliveira, 2006).

Além do fator anteriormente citado, a determinação dos valores da composição corporal para a otimização do rendimento deve respeitar outros fatores, tais como: modalidade, gênero, idade, entre outros.

CONCLUSÃO

A partir da descrição dos resultados encontrados, considera-se que a caracterização do perfil antropométrico de atletas representa um importante instrumento para planejar, acompanhar e avaliar o processo de treinamento no que se refere à possibilidade de sua individualização (em conformidade com as necessidades individuais das atletas e a especificidade de sua posição) e ao estabelecimento de estratégias para a melhoria do desempenho coletivo.

Além desse aspecto, salienta-se que estudos dessa natureza podem contribuir, em longo prazo, ao estabelecimento de indicadores do perfil de atletas praticantes de futsal feminino no país, bem como de parâmetros antropométricos adequados a níveis de desempenho satisfatórios nesta modalidade, ao nível de sua prática de alto rendimento.

REFERÊNCIAS

1-Avelar, A. e colaboradores. Perfil antropométrico e de desempenho motor de atletas paranaenses de futsal de elite. *Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano*. 2008.

2-Campeizi, J.M.; Oliveira, P.R. Análise comparativa de variáveis antropométricas e anaeróbicas de futebolistas profissionais, juniores e juvenis. *Movimento e Percepção, Espírito Santo de Pinhal*, Vol.6, Núm.8. 2006.

3-Green, S. Antropometric and physiological characteristics of South Australian soccer players. *Australian Journal of Science and Medicine in Sport*, Vol.4, Núm.1,p.3-7, 1992.

4-Oliveira, P.R. Periodização contemporânea do treinamento desportivo: modelo das cargas concentradas de força: sua aplicação nos jogos desportivos (basquetebol, futebol de campo, futsal e voleibol) e luta (judô). São Paulo. Phorte, 2008.

5-Queiroga, M.R.; Ferreira, S.A.; Romanzini, M. Perfil antropométrico de atletas de futsal feminino de alto nível competitivo conforme a função tática desempenhada no jogo. *Revista Brasileira de Cineantropometria de Desempenho Humano*. Vol.7. Núm.1. p.30-34. 2005.

6-Tenroller, C.A. *Futsal: ensino e prática*. Canoas. Ed. Ulbra, 2004.

7-Tricoli, V.A. A. Análise da potência muscular nos músculos extensores do joelho em jogadores de basquetebol e voleibol do sexo masculino. São Paulo: USP, 1994.

8-WHO. *Physical status: the use and interpretation of anthropometry*. Geneva, 1995.

9-Vigilância alimentar e nutricional - Sisvan: orientações básicas para a coleta, processamento, análise de dados e informação em serviços de saúde. Brasília. Ministério da Saúde. 2004.

Recebido 20/02/2012

Aceito 28/02/2012