Testes funcionais em atletas mirins de ginástica de trampolim

Autor(res)

Thiago Vinicius Ferreira
Andreza Morena Cardoso Fernandes
Douglas Rodrigues De Oliveira
Juliane Ferreira Dos Santos
Michele Cristiane Silva Caetano
Melissa Cecilia Dos Santos
Luisa Karine Inácio Soares
Breno Adriel Gati Dos Santos

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE BELO HORIZONTE - UNIDADE BARREIRO

Introdução

A fisioterapia esportiva identifica, trata e recupera as lesões causadas pelo exercício físico. Esta área da saúde vêm se destacando e evoluindo de forma ascendente. Essa especialidade da fisioterapia busca a reabilitação, prevenção e atenção do atleta amador e profissional, e de qualquer outro paciente que pratique alguma atividade física e que tenha pretensões de retornar ao exercício de forma segura. Para Resende, Câmara e Callegari (2014), a prevenção de lesões originadas no esporte é imprescindível para os fisioterapeutas, deixando de focar sua atenção na lesão e redirecionando sua atenção aos riscos de lesões que os atletas estão expostos. Segundo esses autores, os benefícios do tratamento fisioterapêutico preventivo são: Aumento da longevidade esportiva do atleta, maximização do rendimento no esporte com treinamento seguro, de modo que uma lesão não inviabilize o andamento dos treinos ou ainda represente perda nas conquistas esportivas adquiridas.

Objetivo

Propor uma bateria de testes de controle motor e equilibrio para os atletas da categoria infantil de ginástica de trampolim.

Material e Métodos

Foram avaliados 13 atletas, idade de 06 a 08 anos. O teste Salto Bipodal, foi executado 3 vezes, sendo considerado o salto de maior distância para fins estatísticos; Ckcuest que partindo de uma posição de apoio em flexão de braços, com cada uma das mãos sobre uma das fitas, o indivíduo retira uma das mãos do chão, toca a linha oposta e em seguida retorna na linha original; durante 15 segundos, são contados quantos toques alternados realiza; Single Hop Test o teste consiste no apoio unipodal do lado a ser avaliado e saltar o mais distante possível aterrissando na mesma perna. Para fins de comparação, o indivíduo deve realizar o teste com os dois membros, um escore de simetria inferior a 85% é considerado anormal; Função de Extensores de quadril foi realizado com

os atletas deitados no chão com um dos calcanhares apoiado em uma maca com altura de 60cm. Realiza elevação do quadril o maior número de vezes possível durante 30 segundos e o número de repetições é contabilizado pelo avaliador

Resultados e Discussão

No Salto Bipodal todos os atletas conseguiram resultados na média acima de 100cm mostrando um bom desempenho. No CKCUEST os resultados foram na média de 15 repetições, mas mostram instabilidade estática no controle de tronco. Single Hoptest teve como resultado todos os atletas apresentando um bom Score final, porém, 3 desses atletas obtiveram um Score menor que 82,5%, ficando abaixo da média. Conforme a literatura do teste, um Score inferior a 85%, já é considerado um resultado anormal. já na Função de Extensores de quadril: os resultados mostraram que 9 atletas obtiveram êxitos, 2 atletas ficaram abaixo da média nos resultados e 2 atletas foram eliminados por não conseguir realizar os 30 segundos completos devido fadiga muscular.

Conclusão

As avaliações apresentadas são recentes para análise de resultados, uma vez que programas preventivos apresentam resultados a médio/longo prazo. No momento, percebe-se melhora na qualidade dos movimentos, na estabilidade e na consciência na execução dos exercícios.

Referências

1. OLIVEIRA, Valéria Ma de. et al. Confiabilidade teste-reteste do teste de estabilidade de extremidade superior de cadeia cinética fechada (CKCUEST) em adolescentes: confiabilidade do CKCUEST em adolescentes. Int J Sports Phys Ther. Petrolina, PE - Brasil, fevereiro 2017.

2. LOGERSTEDT, David. et al. Testes de salto unipodal como preditores da função autorrelatada do joelho após a reconstrução do ligamento cruzado anterior: o estudo de coorte Delaware-Oslo ACL. Am J Sports Med, EUA, outubro de 2012.

3. NOYES, Frank R. et.al. Simetria anormal dos membros inferiores determinada pelo teste funcional Hop test após ruptura do ligamento cruzado anterior. Sociedade Ortopédica Americana de Medicina Desportiva. The American Journal of Sports Medicine. September, 1999,Ohio.