

CORRELAÇÃO DO PERCENTUAL DE GORDURA E A POTÊNCIA ANAERÓBICA EM JOGADORES DE FUTEBOL PROFISSIONAL

BUENO, Jacksuel (Graduando)

O Futebol é um esporte complexo, que exige dos atletas um nível de desenvolvimento de diversas capacidades psicológicas, física e motoras. (ALVES, 2010; CONSTANTINO, 2009; BERNADES, 2008). Por essa razão, o percentual de gordura corporal- (% GC) e a potência anaeróbia dos atletas é de suma importância no desempenho de suas funções. Com o reconhecimento que o futebol tem no cenário nacional e internacional é necessário então que se conheça muito bem as questões fisiológicas dos atletas em busca de treinamentos mais seguros e eficazes, que garantam bons resultados. Para isso, no entanto, é necessário conhecer e entender as variáveis e as relações das capacidades físicas dos envolvidos. Neste sentido, esta pesquisa apresenta como objetivo, analisar a correlação entre o percentual de gordura corporal – (%GC) e a potência anaeróbia de atletas de futebol, permitindo aos profissionais que trabalham na área um maior conhecimento para planificar e planejar os treinamentos. Essa pesquisa a princípio será desenvolvida em uma abordagem de cunho exploratório, os instrumentos utilizados serão: 1) Protocolo do RAST (Running-basedAnaerobic Sprint Test) para estimar a potência aeróbica dos atletas; 2) estimativa do percentual de gordura corporal, com o método de Dobras Cutâneas – DC; 3) Análise e correlação dos dados obtidos. Este trabalho ainda não apresenta resultados e conclusões pois trata-se de uma intenção de pesquisa para conclusão de curso.

Palavras chaves: Futebol, Percentual de gordura, Potência aeróbica, treinamento.