



12º Congresso de Pós-Graduação

AVALIAÇÃO DA FORÇA MUSCULAR INSPIRATÓRIA EM ATLETAS DE HANDEBOL

Autor(es)

CHARLINI SIMONI HARTZ
RAFAELA BERTOCHI FERREIRA

Orientador(es)

MARLENE APARECIDA MORENO

Resumo Simplificado

A boa funcionalidade da musculatura respiratória é de fundamental importância, principalmente para atletas, os quais tem consumo de oxigênio aumentado durante a realização da prática esportiva, exigindo bom desempenho desses músculos respiratórios, bem como, boa coordenação dos mesmos, para manter a ventilação adequada frente ao aumento da demanda ventilatória e metabólica requerida pelo organismo durante a prática esportiva. Dentre as modalidades coletivas, o handebol é caracterizado como um esporte de esforço intermitente, por possuir características de movimentações variadas, realização de esforços bastante intensos e de curta duração, sendo considerado um esporte de muita agilidade. Por tais características específicas, o handebol requer um elevado nível de trabalho muscular respiratório, o que torna a avaliação da musculatura respiratória de grande valia para o entendimento de sua funcionalidade, bem como, forma de identificação de possíveis limitações relacionadas à fadiga, e que possam refletir em implicações no desempenho destes atletas. O objetivo deste trabalho foi avaliar a força muscular inspiratória em atletas de handebol, através de duas metodologias distintas e posteriormente compará-las com valores previstos para sujeitos saudáveis e sedentários. Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética e pesquisa da Unimep, sob parecer 62/13, do qual participaram 17 atletas do gênero feminino, jogadoras de handebol, com idade média de 17,3 anos e média de IMC de 23,12 kg/m². Para a avaliação da força muscular inspiratória foram utilizadas duas metodologias distintas, sendo estas, a pressão inspiratória máxima (P_{Imáx}) e a pressão inspiratória nasal (sniff). As medidas foram realizadas com um manovacuômetro digital. As avaliações foram realizadas em dias alternados, em que as atletas adotavam a postura sentada com os pés apoiados e tendo as narinas ocluídas por um clip nasal. Os valores previstos utilizados tanto para a P_{Imáx} e para Sniff foram calculados com base em equações descritas na literatura, utilizadas para sujeitos saudáveis. Para a comparação entre valores previstos e os obtidos nos testes foi utilizado o teste t de Student para amostras pareadas. Os resultados deste estudo mostraram que tanto para a P_{Imáx} quanto para a Sniff os valores obtidos nas avaliações das atletas apresentaram-se significativamente maiores que os valores previstos para mulheres saudáveis e sedentárias para a mesma faixa etária, sendo que pela avaliação da P_{Imáx}, o resultado observado foi 126,6% do valor predito, e pela Sniff foi 116,8% do valor predito. Desta forma, os resultados obtidos mostraram que as atletas apresentam valores superiores aos preditos para a mesma população de faixa etária, sugerindo que a prática regular da modalidade de handebol tem efeito benéfico sobre o desempenho da musculatura inspiratória.