

TESTOSTERONA E POTÊNCIA: INFLUÊNCIA NO DESEMPENHO DE VELOCIDADE DE FUTEBOLISTAS DE ELITE

Ademir Felipe Schultz ARRUDA¹, Vinicius ZANETTI², Camila Gobo de FREITAS^{1,3}, Bernardo MILOSKI^{1,3}, Alexandre MOREIRA¹

¹ Escola de Educação Física e Esporte – USP, São Paulo, Brasil.

² Red Bull Brasil – Jarinú, São Paulo, Brasil.

³ Centro Integrado de Apoio ao Atleta – EC Pinheiros, São Paulo, Brasil

e-mail: ademir.arruda@usp.br

Introdução: Estudos tem demonstrado que a concentração de testosterona (T) exerce importante papel no desempenho de potência (P) de membros inferiores e que a T e P, por sua vez, podem influenciar o desempenho nas tarefas de velocidade. No futebol, a velocidade parece discriminar atletas de maior nível de seus pares de menor nível competitivo, podendo afetar positivamente o desempenho na modalidade. Apesar destas evidencias, ainda pouco se conhece acerca dessas associações em jogadores profissionais brasileiros. **Objetivo:** Verificar a influência do nível de concentração de T e do desempenho em uma tarefa dependente de P de membros inferiores, no desempenho de velocidade (20m). **Metodologia:** Quinze jogadores de futebol adultos do sexo masculino (idade: 24,2±4,5 anos; massa: 74,4±9,1 kg; estatura: 178±9 cm) participaram do estudo. Os atletas realizaram todos os testes na mesma semana durante o período de pré-temporada. A coleta salivar para análise de T foi realizada pela manhã (7h30), com todos os atletas em jejum, imediatamente após o despertar. A análise de T foi feita através do método enzyme-linked immunosorbent assay (ELISA). Para avaliar a potência de membros inferiores, cada atleta realizou três saltos com contra movimento (CMJ) com uma carga de 30% do peso corporal; a partir do uso do Encoder Linear Peak Power 6.0 (CEFISE, Brasil), foram retidos para análise os valores referentes à potência pico (PP) e potência média (PM) da fase propulsiva do salto vertical, assim como seus valores relativizados em função da massa corporal (potência pico relativa – PPR - e potência média relativa – PMR). O desempenho de velocidade (20m) foi avaliado através de fotocélulas (CEFISE, Brasil) posicionadas no início e término do percurso. Utilizou-se, inicialmente, o teste de normalidade de Shapiro-Wilk, seguido do coeficiente de correlação de Pearson; por fim foi realizada uma regressão múltipla para verificar a contribuição da P e T no desempenho de velocidade. **Resultados:** O tempo no teste de 20m apresentou correlações negativas e significantes com a T (-0,58), a PPR (-0,62) e a PMR (-0,62); essas variáveis, em conjunto, explicaram 65% do desempenho de velocidade ($R^2=0,65$), $R=0,81$; $p=0,007$). **Conclusão:** Os resultados sugerem que que tanto a concentração de T quanto a P de membros inferiores, particularmente aquelas relativizadas ao peso corporal, contribuem significativamente para o desempenho de velocidade em jogadores adultos, profissionais de futebol de campo. Considerando que a velocidade é um atributo físico relevante para a modalidade, estratégias de treinamento para o aumento da T e o desenvolvimento da P de membros inferiores poderiam ser adotadas nos programas dos jogadores profissionais de futebol, o que em última instância poderia auxiliar no aumento do desempenho competitivo.

Palavras-chave: treinamento esportivo; esporte coletivo; salto vertical.