



CORRELAÇÃO ENTRE POTÊNCIA DE SALTO E TORQUE MÁXIMO DE EXTENSORES DE JOELHO E A PERCEPÇÃO DE RECUPERAÇÃO NESSES PARÂMETROS

Dos Santos, Bianca Camila Borges; Lisboa, Felipe Garcia; Hoff, Estela; Anastácio, Bruna Briere; Ribeiro, Isadora Bianchi; Encarnação, Caetano Fonseca; Brandl, Lana; Carvalho, Alberito Rodrigo.

INTRODUÇÃO/OBJETIVO: A potência de salto é um dos marcadores de desempenho mais utilizados dentro do voleibol, sendo usado em diversos fundamentos como saque e ataque, por isso vê-se a importância de verificar se a potência dos saltos em atletas de vôlei de praia tem correlação com o torque máximo de extensão de joelho, e ainda, verificar se há influência da qualidade de recuperação nos parâmetros de torque de flexores e extensores. **MÉTODOS:** Estudo aprovado Comitê de Ética (6.679.894). Dados extraídos do banco do projeto de extensão no desporto –Unioeste, Cascavel/PR: parâmetros da função muscular de quadríceps a $60^{\circ} \pm 5$ de flexão de joelho (torque isométrico máximo [TIM]; potência de salto (*squat jump* [SJ] e *countermoviment jump* [CMJ]). A potência dos extensores de joelho em saltos verticais foi avaliada pelo aplicativo *My Jump Lab* ($W \cdot kg^{-1}$); TIM (N·m) por um dinamômetro portátil com sensor inercial (Dinabang) de forma bilateral. O voluntário respondeu a escala PDR (Percepção de Recuperação) antes da execução dos testes, logo após, realizou os testes de salto e só então fez o teste de força, para qual sentou-se em uma cadeira adaptada com faixas transpassadas nas coxas para evitar movimentos compensatórios. Uma corrente inextensível teve uma extremidade enganchada à estrutura da cadeira e a outra enganchada na tornozela conectada ao dinamômetro. Para o TIM, solicitou-se máximo de força de extensão e flexão do joelho sustentada por 5 s em 3 tentativas com intervalo de 120 s. Para TIM usou-se as médias entre os valores encontrados para cada membro. Para as análises estatísticas usou-se Jamovi/2.4.11 e G*Power/3.1.9.7 (regressão múltipla) com $\alpha=5\%$ e $\beta=80\%$. **RESULTADOS:** Foram utilizados dados de 08 atletas de vôlei feminino acompanhadas pelo projeto extensão supracitado (idade $18,6 \pm 6,8$ anos; massa corporal $63,2 \pm 8,2$ kg;



estatura $1,67 \pm 0,04$ m). As estatísticas descritivas (média; desvio padrão; [intervalo de confiança 95%]) dos desfechos foram: SJ($22,5 \pm 5,73$ [18,1-26,9]); CMJ ($23,3 \pm 6,72$ [18,1-28,4]); TIM ($163 \pm 50,2$ [121-105]).

CONCLUSÃO: Não houve correlação da Potência de salto com o TIM de extensão, e nem da percepção de Recuperação em relação ao TIM (extensão e flexão). Indica-se uma amostra maior para melhor visualização dos resultados. Tem-se a importância prática desse estudo no fato de que o salto tende a melhorar com a força muscular, sendo um bom indicativo de desempenho para atletas de voleibol, assim como a qualidade e percepção de recuperação é importante na prevenção de fadiga e consequentemente lesões desses atletas.

Palavras-chave: Torque, Voleibol, Recuperação após o Exercício, Desempenho Atlético.