

INTRODUÇÃO

O salto vertical com contramovimento (SVCM) é um dos indicadores de potência de membros inferiores de fácil aplicabilidade em indivíduos atletas e não atletas (BOSCO *et al*, 1983). O sprint de 20m quantifica diretamente a produção de velocidade nesta distância, o que traz resultado objetivo para treinadores e preparadores físicos de modalidades esportivas que tenham o sprint como capacidade determinante ou importante nelas (SPENCER *et al*, 2005). Uma correlação significativa entre alguns testes pode ser interessante para quem atua nesta área.

JUSTIFICATIVA

O espaço para executar o teste de SVCM é consideravelmente menor do que o utilizado para o teste de sprint de 20m. Quem trabalha com detecção de talento esportivo pode muitas vezes não ter o espaço desejável para aplicar todos os testes, logo uma correlação significativa entre alguns testes pode ser interessante para quem atua na área.

OBJETIVOS

O estudo investigou a correlação do SVCM com o sprint de 20m em crianças de 8 a 14 anos de ambos os sexos.

BASE TEÓRICA

O Ciclo de Alongamento e Encurtamento (CAE) é um mecanismo fisiológico que serve para aumentar a eficiência mecânica do movimento; o SVCM é um dos testes comumente utilizados para avaliar o CAE (UGRINOWITSCH; BARBANTI 1998).

O acúmulo e utilização da energia potencial elástica também é um fator preponderante na velocidade máxima de corrida (GANTOIS *et al* 2018). Desta forma a correlação entre SVCM e corrida caracterizada por sprints se torna objeto de análise para a escolha da melhor opção para determinadas situações.

METODOLOGIA

Participaram da pesquisa 86 jovens, sendo 48 do sexo masculino e 38 do sexo feminino, com idades entre 8 e 14 anos. Todos os participantes foram submetidos aos testes de SVCM e sprint de 20m. A coleta foi realizada no mesmo dia, em condições climáticas idênticas. Os indivíduos realizaram 5 saltos pré-teste como aquecimento. No SVCM cada indivíduo realizou duas tentativas, sendo considerada a melhor delas para a análise. Após o teste de SVCM os jovens realizavam o teste de Sprint Repetido (6x20m com 20s de pausa passiva entre os sprints), sendo considerado o sprint mais rápido para a análise. Para a comparação entre os dois testes foi utilizada a correlação de Pearson. Como grau de significância foi considerado $p < 0,05$.

ANÁLISE/DISCUSSÃO

Foi encontrada correlação forte negativa entre o aumento da altura do salto com a diminuição do tempo de corrida de 20m ($r = -0,788$; $r^2 = 0,621$ $p < 0,001$). Tais achados vão ao encontro do estudo realizado por Gantois *et al* (2018) que avaliaram 20 basquetebolistas e encontraram correlação moderada e forte com o sprint de 20m e 30m respectivamente e SVCM. Kale *et al* (2009) também encontraram correlação significativa entre SVCM e velocidade máxima da corrida dos 100m. Desta forma o presente estudo corrobora com os achados citados.



CONSIDERAÇÕES FINAIS

O achado sugere que aplicando apenas o teste de SVCM pode-se estabelecer uma prévia da corrida de 20m do indivíduo. Isto garante uma ferramenta para profissionais que atuam com jovens, detectado talentos ou analisando sua evolução física, que tenham um espaço adequado para avaliações.

REFERÊNCIAS

- BOSCO, C.; LUHTANEN, P.; KOMI, P. V. A simple method for measurement of mechanical power in jumping. *European Journal of Applied Physiology*, 50, 273-282, 1983.
- GANTOIS, P. *et al.* Relação entre o desempenho de sprint repetido e salto vertical intermitente de atletas de basquetebol. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, 40(4), 410-417, outubro/dezembro 2018.
- KALE, M. *et al.* Relationships among jumping performances and sprint parameters during maximum speed phase in sprinters. *The Journal of Strength and Conditioning Research*, 23(8), 2272-2279, novembro 2009.
- SPENCER, M. *et al.* Physiological and metabolic responses of repeated-sprint activities. *Sports Med*, 35(12), 1025-1044, 2005.
- UGRINOWITSCH, C.; BARBANTI, V. J. O Ciclo Alongamento e Encurtamento e a "Performance" no Salto Vertical. *Revista Paulista de Educação Física*, 12(1), 85-94, jan/jun 1998.

