

## PERFIL ANTROPOMÉTRICO E APTIDÃO FÍSICA DE ATLETAS BRASILEIRAS PROFISSIONAIS DE RUGBY SEVENS<sup>1</sup>

Amanda Franco da Silva

Universidade Federal de Pelotas (UFPEL)

Camila Borges Müller

Universidade Federal de Pelotas (UFPEL)

Eraldo dos Santos Pinheiro

Universidade Federal de Pelotas (UFPEL)

### RESUMO

*PALAVRAS-CHAVE: esportes de equipe; desempenho atlético; mulheres.*

### INTRODUÇÃO

O Rugby Sevens (R7s) é uma modalidade intermitente que necessita de esforços de alta intensidade e requer capacidades físicas bem desenvolvidas como velocidade, potência, força e capacidade cardiorrespiratória (HENDERSON et al., 2018). Logo, atletas de R7s possui funções semelhantes durante o jogo, independentemente da posição, o que permite determinar um perfil padrão para atingir o melhor desempenho esportivo (CLARKE et al., 2016).

Existem muitos estudos sobre perfil de atletas de R7s do sexo feminino (SELLA et al., 2019). No entanto, apesar da seleção nacional feminina estar entre as melhores do mundo, incluindo sua participação nos Jogos Olímpicos de 2016, investigações acerca de características de atletas brasileiras da modalidade ainda são escassos. Portanto, o objetivo deste estudo foi traçar o perfil físico e antropométrico de atletas brasileiras de R7s do sexo feminino.

<sup>1</sup> O presente trabalho não contou com apoio financeiro de nenhuma natureza para sua realização.

## MÉTODO

O estudo caracterizado como longitudinal observou durante 28 semanas o cotidiano de atletas profissionais de R7s que estavam envolvidas em uma rotina de treinos físicos e técnico-táticos diários e avaliou medidas antropométricas e aptidão física. A amostra foi selecionada por conveniência sendo composta por 31 atletas do sexo feminino (idade =25,75±5,25 anos). O projeto foi aprovado pelo comitê de ética em pesquisa (parecer nº 4.658.874) e todas as participantes ficaram cientes do objetivo do estudo e assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido.

As avaliações antropométricas foram mensuradas através das medidas de estatura (EST), massa corporal (MC), circunferências de abdômen (CA), cintura (CC) e quadril (CQ), percentual de gordura corporal (%GC), massa gorda (MG) e massa magra (MM). Foram realizadas 4 avaliações antropométricas e foi utilizada média dessas aplicações. A aptidão física foi avaliada por meio de uma bateria de testes físicos, aplicados 6 vezes e foram utilizados os melhores desempenhos em cada teste. Para avaliar a velocidade linear (VL) foi aplicado o teste de sprint em 30 metros. Para analisar a capacidade de mudança de direção (CMD) foi aplicado o Pro-Agility Test (5-10-5). Para avaliar a potência de membros inferiores (PMI) foi utilizada a distância no salto horizontal. Foram conduzidos 2 testes de 1 repetição máxima para avaliar a força de membros superiores (FMS): teste de supino (SUP) e barra fixa (BF). Por fim, para avaliar a aptidão aeróbia (AA) foi avaliada através do teste de corrida de 1200m.

Os dados foram descritos por média e desvio padrão. Para verificar correlações entre as variáveis antropométricas e físicas foram utilizadas as correlações de Pearson e Spearman seguindo as distribuições das variáveis paramétricas e não-paramétricas, respectivamente.

## RESULTADOS

As atletas apresentaram as seguintes medidas na avaliação antropométrica: EST=1,65±0,06m; MC=63,64±10,43kg; CA=75,93±7,84cm; CC=71,29±6,18cm; CQ=96,34±6,64cm; %GC=20,06±4,38%; MG=13,12±5,09kg; MM=50,48±5,99kg. Além disso, nas avaliações físicas as atletas mostraram: VL=5,15±0,23s; CMD=5,82±0,21s; PMI=2,15±0,15m; SUP=58,64±8,59kg; BF=80,34±10,72kg; AA=5,37±0,69min.

As correlações significativas encontradas com CMD foram MC ( $r=0,43$ ), CA( $r=0,36$ ), CQ ( $r=0,48$ ), %GC ( $R=0,50$ ) e MG ( $r=0,48$ ). A PMI apresentou correlações com CQ ( $\rho=-0,39$ ) e %GC ( $r=-0,41$ ). A BF mostrou correlações com MC ( $r=0,68$ ), CA ( $r=0,66$ ), CC ( $r=0,64$ ), CQ ( $r=0,60$ ), %MC ( $r=0,46$ ), MM ( $r=0,68$ ) e MG ( $r=0,59$ ). O SUP apresentou correlações com MC ( $\rho=0,47$ ), CA ( $\rho=0,45$ ), CC ( $\rho=0,46$ ), CQ ( $\rho=0,41$ ), %GC ( $r=0,62$ ), MM ( $\rho=0,43$ ) e MG ( $\rho=0,52$ ). E a AA se correlacionou com MC ( $\rho=0,36$ ), CA ( $\rho=0,43$ ), CC ( $\rho=0,47$ ), CQ ( $\rho=0,37$ ), %GC ( $r=0,68$ ) e MG ( $\rho=0,48$ ).

### CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo teve como objetivo traçar o perfil físico e antropométrico de atletas de R7s do sexo feminino. Os resultados demonstraram um perfil definido no que se refere as demandas do jogo, bem como importantes correlações entre as variáveis físicas e antropométricas. Portanto, este estudo pode contribuir com profissionais e atletas que buscam referências do perfil de atletas brasileiras para o desempenho esportivo.

### REFERÊNCIAS

SELLA, F. S. *et al.* Match demands, anthropometric characteristics, and physical qualities of female rugby sevens athletes: A systematic review. **Journal of Strength and Conditioning Research**, v. 33, n. 12, p. 3463–3474, dezembro 2019.

HENDERSON, M. J. *et al.* Rugby sevens match demands and measurement of performance: a review. **Kinesiology**, v. 50, p. 49-59, março 2018.

CLARKE, A. C.; ANSON, J. M.; PYNE, D. B. Game movement demands and physical profiles of junior, senior and elite male and female rugby sevens players. **Journal of Sports Sciences** 35: 727-733, 2017.