

RESUMO - CIÊNCIAS DA SAÚDE E BIOTECNOLOGIA

MONITORAMENTO DAS CAPACIDADES FÍSICAS E FISIOLÓGICAS DE ATLETAS DE FUTSAL FEMININO SUB-17 AO LONGO DE UMA TEMPORADA COMPETITIVA.

Mario Carlos Welin Balvedi (mario.balvedi@univel.br)

Carla De Oliveira Lazzarin (carla.lazzarin@univel.br)

Alexandre Batista De Barros (alebbarros2306@gmail.com)

Camili Vitória Trevisanutto Zottis (camilivitoriazottis88@gmail.com)

O futsal caracteriza-se como uma modalidade esportiva intermitente composta por ações de alta intensidade, como acelerações, desacelerações, mudanças de direção, saltos e deslocamentos em múltiplos sentidos, intercaladas com períodos de menor intensidade (STOLEN et al., 2005; SOARES; REBELO, 2013; SANTOS-SILVA; GREVE; PEDRINELLI, 2017). A elevada demanda fisiológica e mecânica imposta por treinos e competições pode desencadear alterações psicofisiológicas, fadiga muscular, danos musculares, inflamação e dor muscular de início tardio, comprometendo o desempenho esportivo ao longo da temporada (CHEN et al., 2007; CHEN et al., 2010; HOWATSON; VAN SOMEREN, 2008; PAULSEN et al., 2012; GILL et al., 2006). Nesse contexto, o monitoramento das capacidades físicas torna-se importante para compreensão das adaptações decorrentes do treinamento e da competição. O objetivo deste estudo foi monitorar a condição fisiológica e muscular de atletas de futsal feminino da categoria sub-17 ao longo da temporada de 2025. Trata-se de um estudo observacional realizado com atletas submetidas a avaliações físicas em

momentos específicos da temporada. Foram aplicados testes de aceleração (10 m), velocidade (20 m), agilidade (Illinois Agility Test), potência de membros inferiores (salto horizontal) e capacidade cardiorrespiratória (Yo-Yo IR1). Os dados foram apresentados por estatística descritiva (média $\pm$ desvio padrão). A normalidade foi verificada pelo teste de Shapiro-Wilk e as comparações entre os momentos pré e pós foram realizadas pelos testes T pareado e Wilcoxon, adotando-se nível de significância de $p < 0,05$. Os dados foram analisados no software GraphPad Prism versão 5.1. Os resultados demonstraram que aceleração ($2,03 \pm 0,08$ vs. $1,99 \pm 0,08$ s; $p = 0,07$), velocidade ($3,50 \pm 0,15$ vs. $3,48 \pm 0,16$ s; $p = 0,5$), salto horizontal ($1,87 \pm 0,09$ vs. $1,88 \pm 0,08$ m; $p = 0,2$) e Yo-Yo IR1 ($40,73 \pm 1,56$ vs. $40,90 \pm 1,32$; $p = 0,6$) não apresentaram alterações significativas ao longo da temporada. Entretanto, a agilidade apresentou piora significativa no desempenho ($17,34 \pm 0,99$ vs. $17,81 \pm 0,71$ s; $p = 0,02$). Conclui-se que as capacidades de aceleração, velocidade linear, potência de membros inferiores e aptidão aeróbia permaneceram estáveis ao longo da temporada competitiva. Em contrapartida, houve redução significativa da agilidade, possivelmente relacionada à ausência de estímulos específicos para essa capacidade e ao acúmulo de fadiga decorrente da sequência de jogos e treinamentos.

Palavras-chave: futsal feminino; desempenho físico; agilidade; monitoramento fisiológico; treinamento esportivo.