AVALIAÇÃO DE FORÇA MUSCULAR EM NADADORES EM IDADE ESCOLAR

DA SILVA, Paulo Rafael Duarte
Graduando em Fisioterapia, FCRN - Faculdade Católica do Rio Grande do Norte, pauloraf_@hotmail.com

SOARES, Letícia Raffaelly Dantas
Graduando em Fisioterapia, FCRN - Faculdade Católica do Rio Grande do Norte, raffaelly2000@hotmail.com

Orientador:
COUTO, Moisés Costa do
Orientador, Mestre em Fisioterapia, Coordenador do Curso de Fisioterapia na FCRN - Faculdade Católica do Rio Grande do Norte, moisescouto@gmail.com

RESUMO

A natação é um dos esportes mais eficazes, devido à movimentar, praticamente, todos os músculos e articulações do corpo. A força é o agente físico capaz de alterar o estado de repouso ou de movimento uniforme de um corpo material, sendo assim, uma aptidão física fundamental dentro dessa modalidade. O propósito desse estudo é avaliar a força muscular dos nadadores do CDSL - Colégio Diocesano Santa Luzia. Foram avaliados 13 nadadores (6 meninos e 7 meninas), com idade média de 12,23 ± 1,30 , peso médio 54,96 ± 12,32 kg, altura média de 1,50 ± 0,12 m e IMC - índice de massa corpórea com média de 24,09 ± 4,61 kg/m². Foram utilizados os protocolos dos dinamômetros dorsal e escapular, obtendo média, respectivamente, de 47,15 ± 25,99 kg/f e 12,46 ± 5,05 kg/f. Tornando-se evidente, portanto, um maior desempenho dorsal, fazendo-se necessária prática de exercícios que possibilitem um melhor desempenho escapular, tendo em vista a necessidade de maior força nos membros superiores para melhor êxito e crescimento do atleta em seu esporte.

Palavras chaves: força. natação. fisioterapia.