PICO DE VELOCIDADE EM JOVENS ATLETAS: UM ESTUDO COM JOGADORES DE FUTEBOL QUE VIVENCIAM PROCESSO DE FORMAÇÃO ESPORTIVA

Aline Ossovski Dias (PROVIC), Guilherme Moreira Caetano Pinto, Bruno Pedroso (Orientador) E-mail do orientador: brunopedroso@uepg.br

Universidade Estadual de Ponta Grossa – Curso de Medicina; Departamento de Educação Física

Ciências da Saúde – Educação Física

Palavras-chave: esportes coletivos, jovens atletas, resposta cardiovascular, pico de velocidade, formação esportiva

Resumo

O desempenho no futebol envolve aspectos físicos, técnicos e táticos, sendo o pico de velocidade (PV) um indicador importante da aptidão aeróbica. Este estudo teve como objetivo analisar o PV e as respostas cardiovasculares (frequência cardíaca e pressão arterial) em jovens atletas de futebol em formação esportiva. A amostra incluiu 11 atletas do sexo masculino, de 13 a 15 anos, submetidos a avaliação antropométrica, aferição de parâmetros cardiovasculares em repouso e pós-esforço, além do Teste de Carminatti (T-CAR). Os resultados indicaram PV médio de 12,6 ± 0,5 km/h, sem diferenças estatisticamente significativas entre os grupos etários (p>0,05). Também não foram observadas diferenças relevantes nas variáveis cardiovasculares. Conclui-se que atletas de 13 a 15 anos apresentam desempenho aeróbico e respostas fisiológicas semelhantes, sugerindo que fatores como estágio de maturação e histórico de treinamento podem exercer maior influência do que a idade cronológica isolada.

Introdução

O futebol exige elevada aptidão aeróbica para sustentar esforços intermitentes de alta intensidade. Entre atletas jovens, compreender o PV e as respostas cardiovasculares é essencial para planejar treinamentos seguros e eficazes. A escassez de estudos nessa faixa etária (13 a 15 anos) justifica a presente pesquisa. O objetivo deste estudo é analisar o PV e as respostas cardiovasculares (frequência cardíaca e pressão arterial) em jovens atletas de futebol em formação esportiva.

Materiais e Métodos

Foram avaliados 11 atletas do sexo masculino, de 13 a 15 anos, praticantes de futebol. O protocolo incluiu aferição da pressão arterial, frequência cardíaca em repouso e pós-esforço, avaliação antropométrica e realização do Teste de Carminatti (T-CAR). A análise estatística foi realizada por meio de SPSS 23.0, com nível de significância de p<0,05.

Resultados e Discussão

O PV médio foi de 12,6 ± 0,5 km/h, sem diferenças significativas entre os grupos etários (p>0,05), como demonstrado na Tabela 1. As variáveis cardiovasculares também não diferiram de forma estatisticamente significativa. Esses achados sugerem que a idade cronológica isolada não é determinante do desempenho aeróbico nessa faixa etária. O estágio maturacional e o histórico de treinamento podem explicar melhor as respostas fisiológicas observadas.

Tabela 1 - Pico de Velocidade

VARIÁVEL	N	MÍNIMO	MÁXIMO	MÉDIA	DESVIO PADRÃO
FC Repouso (bpm)	11	70	108	90,55	10,47
FC Final (bpm)	11	88	166	120,54	21,31
PA Sistólica (mmHg)	11	97	135	115,18	11,42
PA Diastólica (mmHg)	11	52	96	69,81	11,73
Estágio T-CAR	17	2	10	5,00	2,54
Pico Velocidade (km/h)	17	9,60	13,90	11,31	1,40
Idade (anos)	17	13	15	13,76	0,90
IMC (kg/m²)	15	15,40	25,60	20,31	3,06

Fonte: Autoria própria (2025).

Conclusão ou Conclusões

Jovens atletas de futebol entre 13 e 15 anos apresentam respostas aeróbicas e cardiovasculares semelhantes quando submetidos ao T-CAR, reforçando a importância de avaliações individualizadas na prescrição de treinamentos.

Agradecimentos

Agradeço à Universidade Estadual de Ponta Grossa (UEPG), à Fundação Araucária e ao CNPq pelo suporte institucional, bem como ao orientador Prof. Bruno Pedroso pelo acompanhamento ao longo do projeto.

BUCHHEIT, M.; LAURSEN, P. B. High-intensity interval training, solutions to the programming puzzle. Sports Medicine, v. 45, n. 10, p. 1461–1477, 2015.
MOHR, M.; KRUSTRUP, P.; BANGSBO, J. Match performance of high-standard soccer players with special reference to development of fatigue. Journal of Sports Sciences, v. 21, n. 7, p. 519–528, 2003.
9, p. 657–667, 2000.

ISSN 1676-0093