

TENTATIVA PRELIMINAR PARA DESENVOLVER UM MODELO DE ANÁLISE (PATH-FLOW) DA PERFORMANCE EM JOVENS NADADORAS

Marc F. Moreira¹, Daniel A. Marinho^{2,3}, Mário J. Costa^{3,4}, António J. Silva^{1,3}, Tiago Barbosa^{3,4}

¹ Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro. Departamento de Ciências do Desporto, Exercício e Saúde, Vila Real (UTAD, Vila Real)

² Universidade da Beira Interior. Departamento de Ciências do Desporto (UBI, Covilhã)

³ Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano (CIDESD)

⁴ Instituto Politécnico de Bragança. Departamento de Ciências do Desporto, (IPB, Bragança)

mok.francis.m@gmail.com

INTRODUÇÃO: O objectivo do presente trabalho foi desenvolver um modelo de análise da performance (*path flow*) em jovens nadadoras, com base em parâmetros antropométricos, hidrodinâmicos, biomecânicos e bioenergéticos.

MÉTODOS: O modelo utilizado neste trabalho foi desenvolvido de acordo com artigos de revisão que relatam estas relações em natação pura e tendo em conta um conjunto de protocolos que são utilizados regularmente pelos treinadores dos escalões jovens. A amostra do presente estudo foi constituída por trinta e três nadadoras infantis de níveis competitivos diversos.

RESULTADOS: Verificaram-se associações significativas entre a performance na prova de 200m Livres e estatura, posição hidrodinâmica, velocidade, índice de nado, velocidade crítica. Não se verificaram associações significativas com massa, % de massa gorda, área de superfície corporal, flutuabilidade, distância por ciclo, frequência gestual, eficiência propulsiva. O modelo confirmatório explica 91% da performance na prova de 200m livres em jovens nadadoras.

DISCUSSÃO: Pode-se concluir que o modelo “path-flow” proposto, baseado em parâmetros antropométricos, hidrodinâmicos, biomecânicos e bioenergéticos, é apropriado para explicar a performance em jovens nadadoras. No entanto, o modelo deverá ser aprofundado e expandido, pela consideração de outras variáveis, no sentido de aumentar o nível de predição e entender de uma melhor forma a performance em natação.