

531

PROJETO ESPORTE BRASIL: DESEMPENHO DE DUAS MANIFESTAÇÕES DE FORÇA MUSCULAR EM ESCOLARES BRASILEIROS.*Rodrigo Soares Rodrigues, Gabriel Gustavo Bergmann, Fernando Camargo Braga, Eraldo dos Santos Pinheiro, Adroaldo Cezar Araujo Gaya (orient.) (UFRGS).*

A força muscular é uma capacidade importante tanto para a saúde quanto para o desempenho esportivo. Este estudo tem por objetivo descrever o desempenho nos testes de força-resistência abdominal, força explosiva de membros superiores e inferiores de escolares brasileiros. Para isto foram selecionados 74156 escolares, sendo 32800 meninas e 41356 meninos com idade entre 7 e 17 anos de todos os estados do país. Os dados foram retirados do banco de dados do PROESP-BR no ano de 2007. Para avaliação da força-resistência abdominal (FRA) foi utilizado o teste “sit-up” (abdominais/minuto). A força explosiva de membros superiores (FMS) foi verificada através do teste de arremesso de medicineball de 2 Kg. A força explosiva de membros inferiores (FEI) foi medida através do teste de salto horizontal. Todos os testes foram realizados conforme PROESP-BR (2002). Quanto a FRA os meninos apresentam um aumento dos níveis dessa capacidade até os 16 anos quando apresentam uma tendência a estabilização. As meninas demonstram um aumento linear da capacidade até os 15 anos quando apresentam uma queda no desempenho. Na FES, até os 12 anos os dois sexos apresentam desempenho semelhante, com um notável aumento para os meninos a partir dessa idade, e um aumento discreto com tendência a estabilização a partir dos 15 anos para as meninas. Quanto a FEI, os meninos apresentam aumento de desempenho ao longo das idades. Já as meninas apresentam um crescimento em menor magnitude e uma tendência à estabilização e declínio a partir dos 13 anos. Conforme os resultados, podemos concluir que as meninas têm menores níveis de força do que os meninos em todas as idades nos três testes, com diferenças mais acentuadas a partir dos 12 anos, quando os meninos aumentam bruscamente seus níveis de força, e as meninas mantêm, ou até mesmo diminuem o ritmo de ganho.