

CARACTERÍSTICAS ANTROPOMÉTRICAS DE JOGADORAS PROFISSIONAIS DE FUTEBOL FEMININO EM 2023: UMA JANELA DE OPORTUNIDADE PARA A MELHORA DA PERFORMANCE

Marcello de Brito Campos¹; Luiz Mello²; Natanael Arnor da Silva Barros Goveia³; João Giffoni⁴; Catarina Garcia de Assis Fiuza Couto⁵; Rafaela Jabur de Castro⁶; Patricia Thomé Martins⁷; Renata R. T. Castro⁸.

Ipanema Health Club
Universidade Iguazu

INTRODUÇÃO

As características antropométricas de atletas são indicadores de saúde, mas também potenciais indicadores de performance. O futebol feminino vem crescendo exponencialmente, mas são raros os estudos que investigaram as características físicas de atletas de futebol feminino.

OBJETIVO

Descrever as características antropométricas de jogadoras de futebol feminino, comparando-as com dados da literatura.

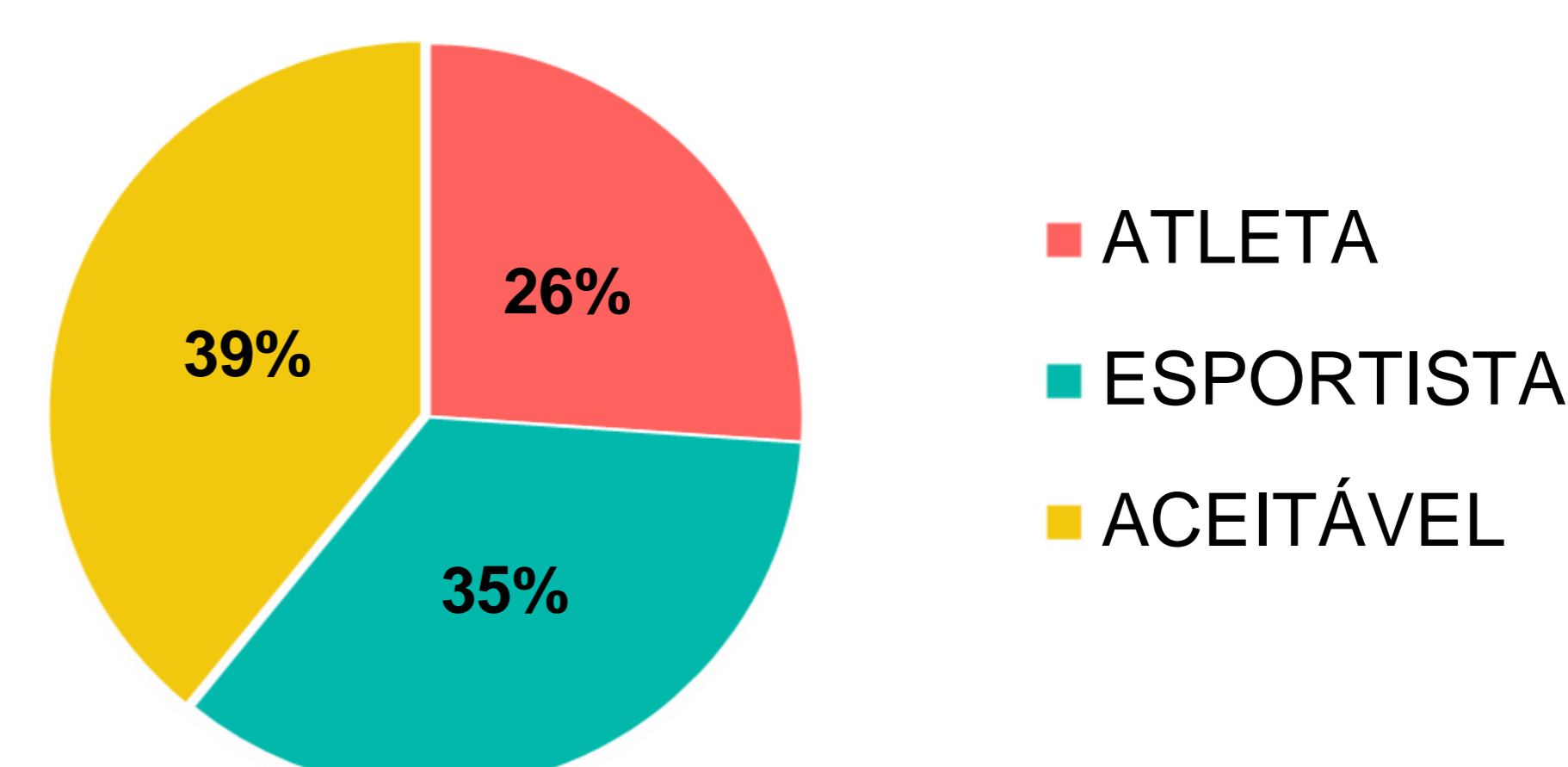
MATERIAIS E MÉTODOS

Estudo observacional, transversal, no qual atletas de um time de futebol feminino da série A do Campeonato Brasileiro foram submetidas à análise antropométrica em balança InBody370s, após jejum de pelo menos quatro horas. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética da Instituição e todas as voluntárias assinaram termo de consentimento livre e esclarecido.

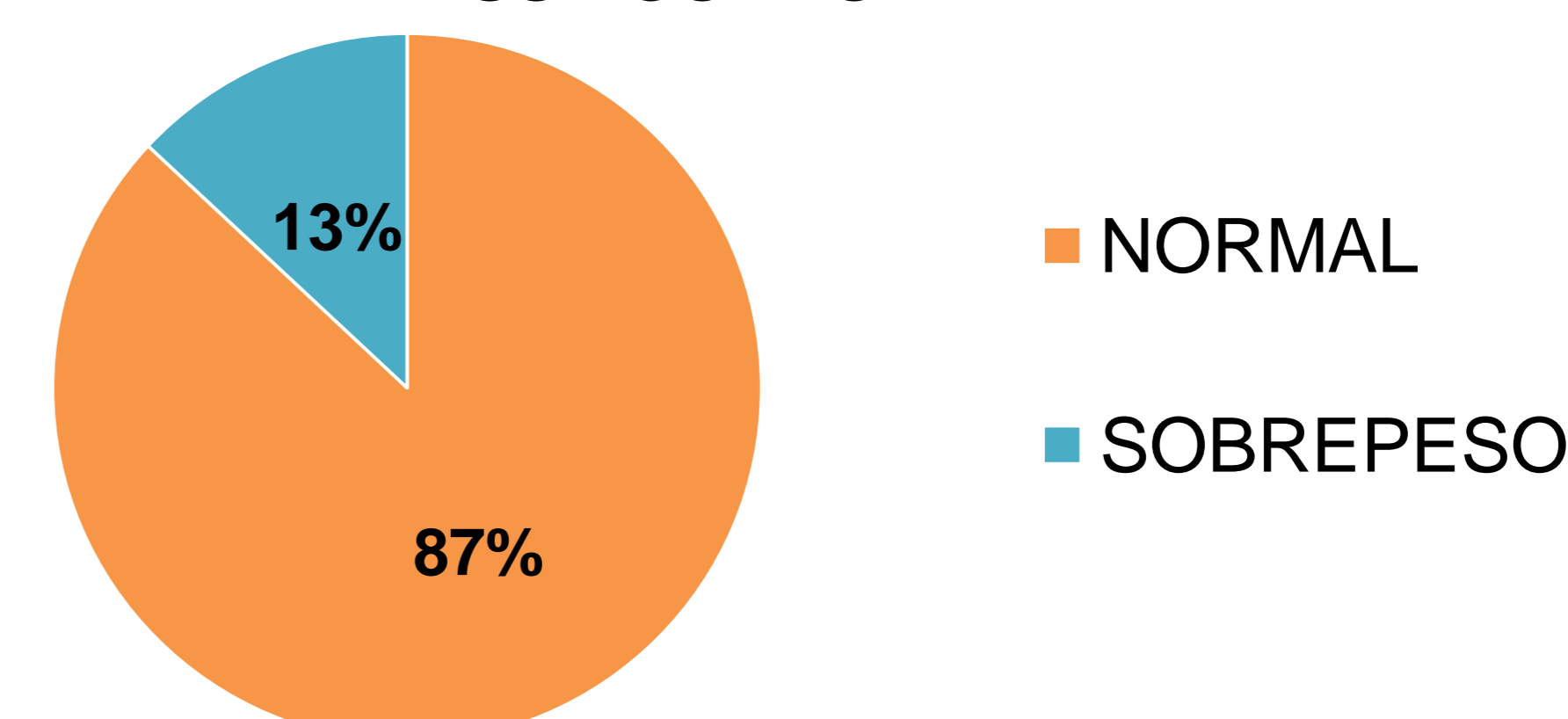
RESULTADOS

Foram incluídas 23 atletas profissionais (idade 26 ± 6 anos), com altura de $1,68 \pm 0,07$ m e peso de 65 ± 8 kg, resultando em IMC de 23 ± 2 kg/m², onde três atletas foram classificadas com sobrepeso (IMC > 25 kg/m²). O percentual de gordura corporal (PGC) das atletas foi de $23 \pm 3,5\%$, indicando que apenas 6 delas (26%) encontravam-se com PGC dentro do indicado (14-20% de percentual de gordura). As restantes classificavam-se como esportistas (PGC entre 21 e 24%: n=8; 34% das atletas) ou apenas como PGC aceitável (entre 25 e 31%: n=9; 40%).

CLASSIFICAÇÃO DAS ATLETAS DE FUTEBOL FEMININO DE ACORDO COM O PERCENTUAL DE GORDURA CORPORAL AVALIADO PELA BIOIMPEDANCIOMETRIA



CLASSIFICAÇÃO DAS ATLETAS DE FUTEBOL FEMININO DE ACORDO COM O ÍNDICE DE MASSA CORPORAL



CONCLUSÃO

A maior parte (74%) das atletas profissionais da equipe analisada apresentava-se com PGC acima do desejável. Tal achado pode impactar negativamente sobre a performance das atletas no futebol e revela a necessidade de um cuidado mais detalhado sobre o estado nutricional de atletas profissionais de futebol feminino.

Ipanema Health Club



E-mail: marcellobrito3@hotmail.com
Instagram: @marcellocampos2